

## 収入申告のこと

7月からの入居費用額が決まる申告のことです。  
 令和3年6月に役所に提出する書類ですが、**申請を職員に代行する場合の依頼期間は2月中**です。ご準備される方は、必要経費分としては①1月から12月分、②病院ごと、③タクシーなど必要経費は受診で利用したことがわかるように、順番に並べてお持ちください。領収書は役所に提出しますので、書類などは一度ご確認ください。収入については年金のハガキや、通帳のコピーが必要になります。令和2年1月～12月分が分かるものをご提示ください。申請書には印鑑の押印が必要です。  
 書類がそろいましたら個別にご相談いたしますので、よろしくお願いいたします。  
 問い合わせ 1階事務所 生活相談員まで

## 買い物で密にならないためのこと

◎外出制限継続中のため、買い物について以下のとおりとしています。  
 ・毎週(火)・(金)の訪問販売  
 →次回訪問時に予約注文される方は、レジでメモ紙を渡すご準備をお願いします。  
 ・訪問販売でご希望の品物が無かった方は、事務所で個別に注文を承ります。  
 →火曜日注文×切、金曜日納品・支払いとなります。金額は前日の木曜日に判ると思いません。小銭を準備していただくと、助かります。  
 ・注文数が多めの方は、西友ネットスーパーもご利用いただけます。  
 ・ご家族様からの差し入れも、集団生活において「生もの」は禁止させていただいています。又、入居者様同士のモノのやり取りはトラブルの原因になっておりますので、禁止です。

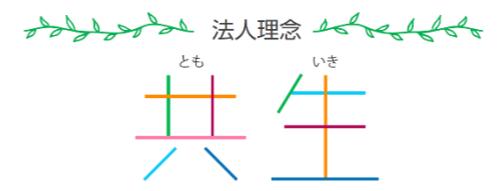
## フレイルっていうんです

加齢で活力が低下しているが生活機能の維持が可能な状態です。  
 加齢にともなって心身の活力が低下しているものの、適切な支援を行うことで生活機能の維持向上が可能な状態を表す言葉が「フレイル」です。老年医学の分野において、筋力の低下といった身体的問題と認知機能障害やうつなど精神・心理的な問題を併せ持つ状態とされるFrailtyを語源として、2014年5月に日本老年医学会が提唱しました。体重減少、疲れやすい、歩行能力の低下、握力の低下、身体活動量の低下などの基準を目安にしながら、早期にフレイルに気づき、介入することが大切とされています。施設行事やクラブ活動も変更・中止となっておりますが、入居者様には1日2回のラジオ体操、すこやか体操に取り組んでいただければと思います。

編集後記  
 コロナ禍の中、ご家族の皆様方からはいつも感謝のお言葉を頂戴し、誠に光栄に思います。ただ、職員へのお心遣いは引き続きご遠慮させていただいておりますので、ご理解の程よろしくお願いいたします。「秋桜だより」は今年も定期的に発刊いたしますので、楽しんで頂ければ幸いです。今年もどうぞよろしくお願いいたします。



## 新年のご挨拶



慈啓会養護老人ホーム  
 施設長 能代 篤幸



新年あけましておめでとうございます。  
 新年号の発行にあたりまして一言ご挨拶を申し上げます。

昨年の2020年は、流行語大賞で「三密」が大賞となった事、今年の漢字では「密」に決定された事からも象徴されるように、ほぼ一年が新型コロナウイルス感染症に振り回された一年となりました。

2021年は「丑年」となりますが、このコロナに関しては「牛の歩み」のようにゆっくりと事が進むのではなく一日も早い終息を願うばかりです。

私ども施設職員一同入所者様の健康を第一に考えコロナ感染症を一人も出さないよう日々心掛けておりますので、面会規制や外出規制など様々なご苦勞やご不便をおかけしておりますが、ご理解とご協力の程よろしくお願いいたします。

2021年も、皆様にとりまして、希望に満ちた年となりますよう心よりご祈念申し上げますとともに、変わらぬご支援、ご鞭撻のほどお願い申し上げます。新年号発行にあたってのご挨拶とさせていただきます。

社会福祉法人 さっぽろ慈啓会 慈啓会養護老人ホーム  
 〒064-0941 http://www.sapporojikeikai.or.jp (秋桜便り掲載中)  
 札幌市中央区旭ヶ丘5丁目6番52号 TEL:011-561-8296 FAX:011-561-8280



# クリスマス会

# 年越し会



こんな感じで、入居者さんと撮りました！  
印刷して記念にお渡ししています！



栄養士さんの  
ワッシャーサービス



令和3年

本年もよろしく  
お願いいたします



# 新年会

カンパ〜イ



御屠蘇は金粉入り ↑  
キザミ食の方は、「やわらか食」の  
おせち！彩りも形も旨いです！ ⇒  
↓ お赤飯の常食  
お腹いっぱい♪です



お肉にお刺身、エビチリも！厨房も、職員も  
み〜んな総出でセッティング♪