



医療法人 富田会 通所サービス紀泉の里

## 新年ご挨拶

謹んで新春のお慶びを申し上げます。  
旧年中は、当事業所への暖かな支援をいただき、心より感謝を申し上げます。

皆様の笑顔に支えられ、スタッフ一同、素晴らしい新年を迎えることができました。

本年も皆様が健やかで、楽しい毎日をお過ごしいただけるよう精一杯お手伝いさせていただきます。「ここに来るのが楽しみ」と言っていただけのように、今年も楽しいレクリエーションやイベントをたくさん企画してまいります。本年も安全に、楽しくお過ごしいただけるよう、スタッフ一同より一層細やかなサービスに努めてまいりたいと思います。  
本年も何卒よろしく願い申し上げます。

理事長・院長  
富田 崇文

## コスモス苑

新年あけましておめでとうございます。

今年のご目標は、皆が温かい気持ちで過ごせる場所にあることです。利用者様の日々の小さな変化にも気づけるよう、スタッフ、他職種ともしっかりと連携しながら、利用者様はもちろん、ご家族様そしてスタッフにとっても「安心」と「笑顔」あふれるコスモス苑にしていきたいです。

本年もどうぞよろしくお願いいたします。

主任 松山 奈津子



## 笑顔と感動がはじける！クリスマス会を開催しました

12月25・26日の2日間にわたり、恒例の「クリスマス会」を開催いたしました。当日の様子をご紹介します。

まずは、この一年間の行事や日々の生活をまとめた「振り返り動画」を皆さまで鑑賞しました。スクリーンに映し出される笑顔を眺めながら、思い出話に花が咲きました。一年の締めくくりにあふさわしい、ひとときとなりました。

続いては、お楽しみのビンゴゲームです！数字が読み上げられるたびに、元気な声が上がります。ビンゴになった方には、素敵なプレゼントが贈られました。

たくさん笑って遊んだあとは、お待ちかねのおやつタイム。真っ白なクリームに彩られたクリスマスケーキを皆さまで召し上がりました。皆さまの顔がほころぶ幸せな締めくくりとなりました。



## たんぽぽ苑

2026年を迎え、たんぽぽ苑が開設されて18年目となりました。いつの時も利用者様に支えていただき、感謝の気持ちでいっぱいです。

たんぽぽ苑は小さな事業所ですが、その分利用者様の表情がよく見え、また声を聴かせていただくことができます。それらをしっかりとキャッチし、お一人おひとりの心情に寄り添った支援ができるよう、精一杯努力したいと思います。

本年もどうぞよろしくお願ひ致します。

主任 谷口 真由美



11月27日から5日間、開催された「令和7年度 ふれあい作品展」に、今年も皆さんの力作を出品しました。見学会では、会場に飾られた自分たちの作品を前に「立派に飾ってもらえて嬉しい」とはずむ声が響き、他の方々の作品からも良い刺激をいただく貴重な機会となりました。



見学会では、会場に飾られた自分たちの作品を前に「立派に飾ってもらえて嬉しい」とはずむ声が響き、他の方々の作品からも良い刺激をいただく貴重な機会となりました。



12月23・24日には、一年の締めくくりとして「忘年会」を開催。昼食には手作りの餃子と炊き込みピラフを囲み、皆でおいしい時間を分かち合いました。午後は思い出深い「2025年振り返り動画」の鑑賞や、〇×クイズ、イントロクイズで大盛り上がり、最後はクリスマスプレゼントをかけてジャンケン大会を行いました。

おやつにはケーキとアイスを楽しみ、心もお腹も満たされる最高の締めくくりとなりました。

2026年も、皆さまと共に笑顔あふれる一年にしていきたいと思います。



## リハビリ通信 (Vol.7)

あけましておめでとうございます！  
2026年も、「来てよかった!」「元気になった!」と言ってもらえるリハビリを目標に、スタッフ一同、全力でサポートします！

リハビリを通して、「諦めていたことができるようになった」という喜びの一つでも多く届けるため、ご家族様や他職種との連携を深めていきます。

安心と笑顔があふれる、活気ある通所リハビリを創っていきます!!



理学療法士  
山崎 悠



この時期は寒さで体がこわばり、関節の動きや特に高齢者ではその小さな変化が転倒が必要です。

### ①動くまえに体をあたためる

寒さで体がこわばっている状態では、体が動く前の簡単な準備運動で体の動かしやすさを



肩まわし運動



# あじさい苑

格別のご愛顧を賜り心より御礼申し上げます。

今年は「顔なじみの職員による安心」という強みをさらに深化させ、利用者様が住み慣れた地域で、その人らしく安心して生活できるよう柔軟な支援をして参ります。

利用者様とご家族そして、地域の方々との「絆」を深め明るく笑顔の絶えない事業所づくりに努めてまいります。

本年も変わらぬご指導をお願い申し上げます。

主任 月田 真穂



あじさい苑では皆さまと共に温かく賑やかな時間を過ごしております。12月になり新年の準備として、来年の干支をテーマにした「ジャンボ絵馬」と「ミニ色紙」の制作に取り組みました。皆さまで協力して作り上げた大きな絵馬は、躍動感があり、とても楽しい力作に仕上がっています。手元のミニ色紙にもそれぞれの個性が光り、福を呼び込んでくれそうな素敵な作品が揃いました。

12月25日には、恒例の「クリスマスパーティー」を開催しました。白熱した



ビンゴゲームでは、数字が読み上げられるたびに大きな歓声上がり、会場は熱気に包まれました。お楽しみのおやつタイムには、濃厚なチョコレートのクリスマスケーキを堪能。最後は皆さまで最高の笑顔で記念写真を撮影し、一年の締めくくりにふさわしい特別な一日となりました。2026年も、皆さまと共にたくさんの笑顔を重ねていけるよう、職員一同努めてまいります。



## 冬におきやすい体の変化について

筋力が低下しやすい時期です。  
どに繋がりがやすい為注意が

### ②楽に出来る運動を毎日続ける

日常のついでに行えるような簡単な運動を毎日続け関節の動きや筋力を維持しましょう。



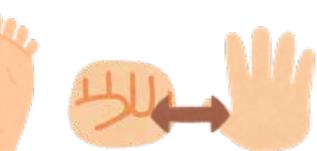
動かしづらくなっています。  
さが違います。

### ③自分を褒める!体の小さな変化、できた!を大切に

今日は10回出来た!昨日よりも立ち上がりが軽くてきたなどの小さな変化を大切に。

そうするとリハビリが続けやすくなります。無理をせず一つずつ出来たことを増やしましょう。

日々の水分補給も  
忘れずに!



グーパー運動

### 粕汁風真鱈鍋

1月の真鱈は身がふっくらとしていて、粕汁のまろやかなスープとの相性がとても良いです。野菜も冬の寒さで甘くなり、旬のものは栄養価も高くなります。仕上げにゆずの皮を少しのせると、香りが引き立って1月らしい季節感を楽しめます。

**【材料】(2人分)**

- ・水 650ml
- ・顆粒だし 小さじ2.5
- ・酒粕 60g
- ・味噌 大さじ1.5～2
- ・牛乳(または豆乳) 100ml
- ・真鱈 2～3切
- ・豆腐 100g
- ・大根 150g
- ・人参 30g
- ・白菜 200g
- ・長葱 1/2本
- ・里芋 2～3個
- ・すりごま 適量
- ・ゆずの皮 適量

**【作り方】**

1. 酒粕はちぎって少量の出汁(またはお湯)に浸しておく。
2. 根はいちょう切り、人参は半月切り、白菜はそぎ切り、長ねぎはの斜め切り、里芋は輪切り、豆腐は一口大に切っておく。
3. 大根、人参、里芋をだし汁で柔らかくなるまで中火で煮る。
4. 真鱈は可能な限り骨を取り、一口大よりやや大きめに切り、軽く塩を振り10分ほど置く。出た水分をキッチンペーパーでふき取り、熱湯をさっとかける。
5. 白菜の芯、長葱を加える。
6. 弱火にして酒粕と味噌を溶き入れ、味を調える。
7. 真鱈と豆腐、白菜の葉を入れる。
8. 最後に牛乳を入れ、弱火でひと煮立ちさせて真鱈に火を通す。
9. 食べる直前にすりごま、ゆずの皮を添える。



**編 集 後 記**

麗らかな新春を迎え、皆様におかれましては健やかに新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。旧年中は当事業所の運営に対し、多大なるご理解と温かいご協力を賜り、スタッフ一同心より厚く御礼申し上げます。

昨年末には、各事業所にてクリスマス会や忘年会などのイベントを催しました。皆様と共に過ごす時間の尊さを再確認するとともに、この仕事に携わるやりがいを改めて深く感じております。

本年も、皆様が住み慣れた地域で安心して、その方らしく彩りある毎日を過ごしていただけるよう、安全面への配慮はもちろん、お一人おひとりの想いに寄り添った質の高いサービスを目指し、誠心誠意努めてまいります。

寒さ厳しき折ではございますが、皆様どうぞご自愛ください。本年も変わらぬご愛顧を賜りますよう、心よりお願い申し上げます。

紀泉の里マネージャー 宮井伴起

**料金表**

お試し体験随時受付中!お気軽お問い合わせください!

	要支援1	要支援2	要介護1	要介護2	要介護3	要介護4	要介護5	食事代/宿泊代
コスモス苑 ※1.2	月額2,541円	月額4,747円	日額 828円	日額977円	日額1,119円	日額1,289円	日額1,455円	昼食 589円
たんぼぼ苑 ※1.3	月額2,260円	月額4,329円	日額 930円	日額1,064円	日額1,200円	日額1,335円	日額1,469円	昼食 686円
あじさい苑	月額5,328円	月額 9,365円	月額13,365円	月額18,989円	月額26,998円	月額29,655円	月額32,556円	朝食 396円/昼食 666円 夕食 726円/宿泊代 1,900円

※. 上記金額は負担割合が1割の方のケースです。詳細は各苑へお問い合わせください。 ※1. 上記金額は9:00から15:00まで6時間サービスを利用した場合の金額です。  
 ※2. 上記料金には、食事代、入浴代、リハビリマネジメント加算、科学的介護推進体制加算は含まれておりません。 ※3. 上記料金には、食事代、入浴代、生活機能向上連携加算は含まれておりません。