

POCKET

カームヒル広報誌 ポケット

Vol.72



さて、このサンタの正体は？

Now, Who is this Santa ?

▲少しずつではありますが、入居者様向けに季節行事や各種活動を再開しています。ご家族様・ご友人様を招待できる状況にはまだ至ってはおりませんが、三步進んで二歩下がるけれども、確実に一歩前進している…そんな風にご理解頂けたら幸いです。

作品展示会 2021

毎年11月に開催しております文化発表会ですが、新型コロナウイルス感染予防対策の一環として、残念ながら昨年に引き続き『演芸発表』の開催を見送らせていただき、『作品展示（入居者様向け）』を5階デイルームにて開催致しました。開催期間中、それぞれに想いを込めて作り上げた作品の数々に、多くのご入居者様が足を止めて鑑賞されていました。また、皆様と一緒に観覧した職員が興味深そうにご覧になられている方もいらっしゃいました。

大盛況のうちに幕を閉じた今年の作品展示ですが、来年こそはご家族様をご招待して開催する事ができるような状況になることを職員一同、心より願っております。

紙面の都合上、一部ではありますが作品をご紹介します。どうぞご覧下さい。



切り絵。細やかな描写が圧巻！



仕事で滞在していたロシアでのスナップ。



世界に1つのオリジナルマント



木彫りの食器。オシャレですね！



小物入れ。何を入れようかしら。



作り手それぞれの個性が光ります。



手ぶくろ。あったか～いんだから～♪



気分はちょっとしたプロカメラマン♪



刺繍とクラフト細工。雰囲気ある作品です



手作りバッグ。カラーもデザインも思い通りに！



ヒンメリ。フィンランドに伝わる麦わらで作る多面体のモビールのことです。『霖雨の邑』さんで製作していることを教えていただき、カームヒルでも希望者を募って製作してみました。麦わらはさすがに難しいので紙製のストローを代用しています。



ハーバリウム。プリザーブドフラワーやドライフラワーをガラスの小瓶に入れ、保存用の専用オイルに浸して製作します。最近、オシャレ雑貨として人気があるんですよ。そんなハーバリウムを入居者様と一緒に作っちゃいました！



手作りがま口。デザインいろいろ。



手編みの帽子。とってもオシャレ！



♪野に咲く～花のよ～うに～



いずれも、新しい活動『趣味の日』
で製作した作品です。
同じ題材（虎）でも
雰囲気がぜんぜん
違いますね。



1つ1つ、表情豊かで個性にあふれるマスコット達。
お一人の方が全て製作された力作です。

施設長制作の手袋です。



親子で仲良く出展です。

宮川恵美子

樋口 美可

職員作品

入魂の作品ですっ！

こんなご時勢だからこそ…

文化週間

新型コロナによる影響で昨年に引き続き今年度も文化発表ステージの開催を見送ることになりましたが、職員の創意工夫で小集団でも実施可能な活動を複数用意し、思い思いの『文化の秋』を楽しんで頂きました。

今回用意したプログラムは、①

- 『誰でも書道』
- ②『ハーバリウムづくり』
- ③『フラワーアレンジメント』
- ④紅茶か珈琲が選べる
『TEA TIME を一緒に』

⑤『アロマ・ヨガ』

⑥『聴く読書』

⑦『シネマの日』

のなんと7種類。ここでは『アロマ・ヨガ』をご紹介します。

入居者様4名（密を避ける為）より参加申し込みを頂き、当施設の看護師が講師となって進行。リラクゼーション効果があるアロマの香りの中で、ゆっくりと30分間、体を動かしました。

その他、活動の様子は『インスタグラム』でも見る事ができます！



講師の高橋さん
(看護師)



いつもとは違う雰囲気、なんかいいね♪



皆様お疲れ様でした～♪

こんなご時勢だからこそ…

地域に貢献！神社清掃

カームヒルが行ってきた地域活動の1つ、円山西町神社の清掃活動。11月11日の活動で年内は終了しました。ご入居の有志の皆様、ありがとうございました。また来春、活動を再開しますので、是非宜しくお願い致します！

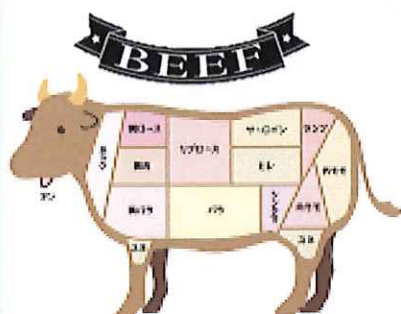




あのお店の半身揚げにザンギ弁当！



これ、絶対に美味しいやつ！！



ヒレか、サーロインか。それが問題だ。
By シェークスピア(笑)



肉の宝石箱や～！

こんなご時勢だからこそ…

出前でおいしい！

ケアハウスでは入居者様が自由に外出する事ができ、外食を楽しんでくれる事もできる施設ですが、昨年来、新型コロナウイルス予防対策の一環として、外食を伴う外出はお控え頂く様にご協力をお願いして参りましたが、日数が長引く事で、ストレスも溜まる一方…。というわけで、「それなら出前を楽しんじゃおう」という事で定期的に希望者を募って、様々なジャンルのお店の出前を注文してみました。ある時は『出前寿司』、またある時は『ステーキ弁当』、そして『若鶏の半身揚げ』。入居者様の食欲は若い者に負けてはいない事がわかりました(笑)。勿論、以前の様に外食が楽しめる世の中になるのが一番ですが、コロナ禍、こういった楽しみ方があっていいのでは。

こんなご時勢だからこそ…

リハ健診！

札幌西円山病院が地域住民向けに行なっていた『リハビリ健診』をカームヒルの入居者様にも、と始めた企画で、これまでに2回実施しましたが、3回目は新型コロナウイルスの感染状況により延期。ようやく今年11月に実施する事ができました。前回同様1グループ8名×3グループ、計24名で募集をかけました。継続して参加される方が多く、ご自身の運動機能を確認しておりました。皆さん前回の数値と比較して、ご自身の身体機能をチェックしていました。「次回は半年後を予定しています」と告知をして、もうすぐ予約が入っています(笑)



札幌西円山病院リハ健診スタッフの皆さん。
ありがとうございます！

『収入申告※』について

平素はカームヒル西円山の運営へのご理解とご協力を頂き、ありがとうございます。さて、毎年行なっております『収入申告』の時期が近づいてまいりました。下記の要項をご一読頂き、提出書類など準備のほどお願い申し上げます。本件に関する問い合わせは相談課（山田・鬼頭）までお問い合わせ下さい。

【要項】

1. カームヒルのご入居者様**全ての方が対象**となります。
2. 後日、相談課よりお配り致します『**収入申告用紙**』に必要な事項を可能な範囲でご記入下さい。
3. 添付頂きたい書類は以下の通りとなります。

①令和3年1月～12月の収入状況がわかるもの（各種年金、恩給、不動産収入等）

- ・受給している年金機構等から郵送されてくる『源泉徴収票（毎年1月中頃に皆様宛に順次送られてきます）』、もしくは『年金振込通知書』のいずれか。
- ・源泉徴収票等が見当たらない場合は、年金が入金された金融機関の口座通帳。
- ・税務署にて確定申告を行なった方は、提出した用紙のコピー。

②必要経費を証明するもの

- ・租税（所得税、道市民税）の納税通知書 ④無い方もいらっしゃいます。
- ・各種医療保険料、介護保険料の決定通知書。
- ・令和3年1月～12月の間に診した各医療機関の領収証（外来、入院）、薬局の領収証。

提出書類の一例

年金の源泉徴収票の一例。表には年金の種類、金額、源泉徴収額などが記載されている。

年金の源泉徴収票

年金の振込通知書の一例。表には年金の種類、振込金額、振込日などが記載されている。

年金の振込通知書

介護保険料決定通知書の一例。表には介護保険料の決定額、決定年度などが記載されている。

介護保険料決定通知書

医療保険料決定通知書の一例。表には医療保険料の決定額、決定年度などが記載されている。

医療保険料決定通知書
(写真は後期高齢者医療保険)

確定申告書の一例。表には所得の種類、金額、控除額などが記載されている。

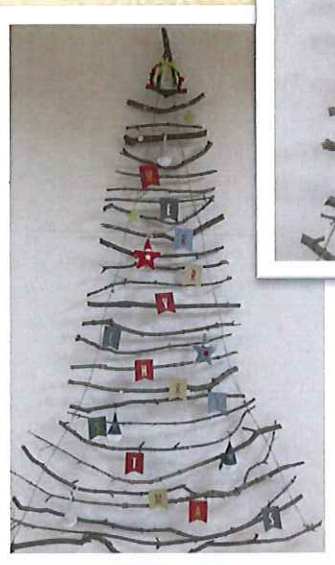
確定申告書

※『収入申告』とは軽費老人ホーム入居者を対象に、前年の収入額に応じて認定された利用料を決定するために行なうもので、税務署で行なう確定申告とは異なります。

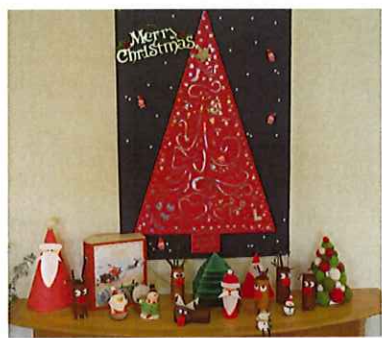
カームヒルの 窓辺から



カームヒルの何気ない日常の
一コマをご紹介します。



我が家ではクリスマスイブの夜、
クリスマスツリーの下にこっそり
とプレゼントを置いておくと、翌朝
「やったあー！サンタのプレゼン
トだ！」と大はしゃぎしていたチビ
助たち。兄弟でお互いにプレゼント
を自慢しあう、あの当時の笑顔は今
でも覚えています。…それが中学生
になった今、「え？クリスマスプレ
ゼント？現金でいいよ」と返してく
るのは成長の証…なのかしら（笑）



<Editor's Note～編集後記～>

私事。新型コロナ禍の今、新しい趣味として『オンラインゲーム』にはまっています。インターネットを使ったテレビゲームで、ネット上で繋がったプレイヤー達とゲーム内で『軍団』を作り、マイクを使って会話をしながら一緒にプレイしています。一度も顔を合わせた事がない人達と、他愛も無い会話をしながら同じゲームを楽しみ、「いつかコロナが治ったら、どこかに集まってオフ会（飲み会）したいね」なんて会話をしています。テレビゲームも今はものすごく進化していますね。あ、チームではなく『軍団』という表現で何のゲームかピンときた方は、かなりのゲーム好きと推察いたします（笑）

本誌に関する問い合わせ等は…

〒064-0944 札幌市中央区円山西町4丁目3-21

TEL;011-640-5500 FAX;011-640-5505（担当;生活相談員 鬼頭 まで）

E-mail: calmhill@keijinkai.or.jp <http://www.keijinkai.com/calm-nishimaruyama/>

札幌市老人福祉施設協議会
養護・軽費老人ホーム部会

札幌市内の養護・軽費老人ホームの情報が盛りだくさん。

カームヒル西円山

検索



カームヒルホームページ
QRコード