

アハウス山科

だより

2026

3

Vol.325



「協調と和」そして「コミュニケーション」を大切にしながら
日々の生活に潤いあるサービスをサポートします

- ◆3/22（日）『誕生者を祝う会』
- ◆3/29（日）『不在者投票』
※京都府知事選挙・京都府議会議員右京区選挙区補欠選挙に伴う不在者投票を実施いたします。

- ◆4/3（金）『災害訓練』（昼食）
- ◆4/5（日）『お花見散歩』
- ◆令和8年度『運営懇談会』（5階入居者様）
- ◆4月『誕生者を祝う会』
- ◆4月『春の食事イベント』※詳細は掲示物にて



施設からのお知らせ

◆令和8年度・令和9年度『健康診断』について

ケアハウス山科が開設して27年間、年に一度医療機関に来ていただき、施設の全額負担で定期健康診断の実施をしているところですが、昨今の物価、人件費の上昇等により、医療機関から値上げを要求されました。

これまでから施設では感染法上、施設や学校などでは定期結核予防健康診断（レントゲン検査）が義務化されており、施設独自で血液検査や心電図など、一般的な項目を併せて行ってきましたが、今後の対応については段階的に変更させていただきます。

令和8年度は、**5月16日(土)** 昨年と同様の内容で実施いたします。但し、健康診断を受けていただくにあたり、今回の値上げ分にあたる **2,200円** を、皆様の **自己負担** にてお願いさせていただきます。

令和9年度以降については、京都市が定める定期結核予防健康診断（レントゲン検査）のみ、全額施設負担で行います。レントゲン検査以外の項目（血液検査や心電図など）については、皆様それぞれのかかりつけ医の判断で、検査を受けていただく形へ変更とし、そちらについては全て自己負担でお願いいたします。

詳しい内容や、健診の受診の可否については職員から個別に聞き取りを行いますので、その際に説明をさせていただきます。

何卒、ご理解いただきますようお願いいたします。



SNSで魅力発信中！
ぜひ覗いてみてください



公式LINE



Instagram



ホームページ

施設の様子

3月3日(火)『ひな祭り』～桃の節句～

夕食時に、ひな祭り特別メニューをご提供！

いつものいなり寿司とは少し異なり、お揚げにご飯を詰め、具材を上華やかにトッピングした「逆さいなり」です。

《メニュー》

逆さいなり、茶碗蒸し、菜の花のおひたし、蛤のおまし汁、フルーツ

桃の節句にぴったりの、見た目も可愛らしいお寿司と、季節を感じるお食事となりました♪



3時のおやつの時間には、ひな祭り銘菓「三色羽二重餅」をご用意。桃の節句の季節菓子として親しまれており、上品な見た目と、可愛さも感じられる和菓子。春らしい、やさしいお餅です♪

Pickup 『和風月名』



旧暦では、和風月名（わふうげつめい）と呼ばれる月の和風の呼び名を使用していました。和風月名は旧暦の季節や行事に合わせたもので、現在の暦でも使用されることがありますが、現在の季節感とは1～2ヶ月ほどのずれがあります。

3月は、和風月名で「弥生（やよい）」。「いよいよ草木が芽吹く」という意味があります。段々と冬が終わろうとする季節です。自然の息吹を感じる春の訪れを待ちましょう♪

『クラブ活動』

現在、施設では8つのクラブと1つの同好会を実施しています。ご都合の良いタイミングで、ご興味のあるクラブ活動に参加していただけます。定期的に参加できない方や、ご用事で途中退席される方など、比較的自由的な形で参加していただけるものばかり。

「一度のどいてみようかしら…」そんな気軽な気持ちで参加してみてください♪

また、クラブ活動とは別に、その月に誕生日を迎えられる方をお祝いする『誕生者を祝う会』も。大切な日と一緒に祝いませんか？ぜひ、一緒に楽しい時間をすごしましょう！

カラオケ会



個人カラオケの会



ゲームの会

脳トレの会



TV視聴の会



旅行気分会

カルタ同好会



ゆしむ会

映画会



誕生者むらあひ会



皆様こんにちは。施設長です。

先月2月15日に「京都マラソン2026」が開催され、16,520人のランナーが京（みやこ）みちをかけぬけました。私も家内とペア駅伝に出場しました。

ペア駅伝とは前半1区27.6km、後半2区14.6kmに分けて、2人のランナーがタスキでつなぐ「駅伝発祥の地」京都ならではの種目です。当日はお天気にも恵まれ、多くの沿道の方の声援を受け楽しく完走することができました。

ちなみに京都マラソンにおける最高齢の参加者は2022年の102歳でした。スゴイですね！



日々是好日

コラム

～お知らせ～ 紙面コーナーの一部をリニューアルします！

私たちケアハウス山科の広報誌は、入居者様の日常の生活の様子をお伝えすること、施設からのお知らせや活動内容を伝えるため、毎月1回発行しています。介護施設においては季刊で発行されることも多い中、私たちは毎月趣向を凝らしながらお伝えしています。そんなケアハウスだよりですが、新年度4月よりコーナーの一部をリニューアルいたします！

本コラムは日常でお伝えしきれない情報の補足として継続。また、職員によるリレーエッセイについては、職員の個性と魅力的な部分をご紹介の場として、入居者様との会話コミュニケーションのきっかけになるように、隔月にはなりますが継続します。それらに加えて、2つの新たなコーナーを準備中♪

まずは、「いきいき！脳トレコーナー」以前に入居者様よりご要望があった脳トレ。紙面に問題を掲載し、1階掲示板に答えを発表！ぜひチャレンジしてみてくださいね。2つ目は「施設周辺 シティマップ」こちらは、施設周辺に存在する魅力的なお店や施設、お散歩にも利用できるような景観やスポットなどをご紹介します。ゆくゆくはそれらを取りまとめたマップの作成を目指しております。

次月4月号より、これら4つのコーナーを隔月という形で掲載する予定です。新たな情報発信と魅力をお伝えできればと思っております。皆様乞うご期待を！