

りんりん



第14号 目次

- P1: 表紙, あいさつ
- P2: 利用者の日常 (冬)
- P3: 避難訓練, 職員研修
- P4: 厨房の紹介
- P5: お料理教室, 職員紹介
- P6: 看護師のワンポイント
アドバイス
各種お知らせ

ご挨拶

新年あけましておめでとうございます。



皆様には平成二十九年の新春をお健やかに迎えられたことお喜び申し上げます。あっぷるの里久保田は、今年で六年目に入りご利用者様と共に新年を迎えることができました。

これもひとえに、ご利用者及びそのご家族、地域の皆様方や多くのボランティアの方々の大なるご理解、ご協力の賜であり、心より厚くお礼申し上げます。

本年四月からは社会福祉法人の大改革というべき改正社会福祉法が施行されます。主たる内容は、経営組織の在り方、事業運営の透明性、財務規律の強化、地域貢献活動の取組等についての制度改革であり、当法人も趣旨に沿った誠実な対応に努めてまいりたいと考えております。社会福祉法人本来の使命を再確認し、地域からの信頼と支持を得られるための事業推進に職員一丸となって取り組んでまいります。関係各位並びに地域の皆様には、より一層のご支援、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

社会福祉法人 慈福会

小規模特別養護老人ホーム
あっぷるの里久保田

施設長 岡崎 卓也

あ っ ぶ る

日中の団楽



寒い日が続いておられますがおやつ作りやレクリエーション大会
を行い交流を深めています。時にはおいしいもの食べに外出し
気分転換をしています ♪ ♪

おいしい♡

難しいなあ



クリスマス♪



12月には各事業所ごとに趣向を凝
らしたクリスマス会を行いました。
ケーキ作りイベントと笑顔溢れる会
となりました。



避難訓練



平成 28 年度は、3 回の避難訓練を行いました。町内会の皆様方のご協力のもと、出火発見から 119 番通報、初期消火、避難誘導までを一連の流れとして行い、入居者様、利用者様方にも実際にご参加いただきました。予測できない災害にどう対処するか、全員が緊張感をもって執り行うことができました。「いつまでも無いと思うな運と災難」という言葉もありますが、起こり得る万が一として認識を新たにいたしました。



職員研修会



あっぷるの里久保田では、職員の知識を深め、介護技術を向上させるため、毎年職員研修会を行っています。今年度は「AEDと心肺蘇生法」、「看取り」、「食中毒」について、いずれも講師の方をお招きしての研修会となりました。それぞれの研修会で学んだことを職員一人一人が考え、意識を持ち、施設での生活に生かしていければと考えています。





厨房紹介



あぶるの里久保田では、4名の厨房職員が利用者様のお食事を調理しています。そこで、今回は普段なかなか見ることのない、厨房の様子をお伝えします。



早番は朝 5:30 出勤！！皆さんがまだ、寝ている早朝から食事の準備を行います。食材 1つ1つに合わせ、食べやすい形に切り下処理を行います。また、季節感を感じていただけるように、旬の食材を取り入れたり、行事に合ったメニューの提供を行っております。



食事は、常食からミキサー食まで様々な形態で提供しており、盛り付ける際も、量や禁止しているものを取り除いての提供など利用者様、一人一人に合った形で食事を提供しております。



配膳は間違いがないよう、調理師と栄養士でダブルチェックを行い、最終確認を行っています。愛情を込めて作っています。残さず食べて下さいね。



～食事の一例～



普通食



キザミ食



ミキサー食





お料理教室



毎月お料理教室を開催しております。季節に合わせた料理や、熱々のすき焼きなどなど…
毎回メニューを相談し、昔を思い出しながら行っています。



んまいの作っがらな 笑



せん切りも朝飯前よ♡



皆と一緒に「いただきます〜す」



12月は初の「男の料理教室」



職員紹介

1月より新しい職員が入職しました。宜しくお願ひ致します。



大類 正訓

(おあらい まさくに)

小規模多機能型事業所

長所 : 地味で真面目で綺麗好き

短所 : ケチで小心者で意外と短気

趣味 : テレビドラマをみること フラワーアレンジ

好きな食べ物 : お菓子全般

仕事への意気込み :

テキパキとは動けませんけど…いろいろ教えてもらいながら、一生懸命
取り組みたいと思います。





看護師のワンポイントアドバイス

～～高血圧症について～～

1. 高血圧症ってどんな病気？

- ・高血圧症とは血管に強い圧力がかかりすぎることです。

2. 放置するとどうなるの？

- ・血管が硬くなる動脈硬化症、虚血性心疾患(狭心症や心筋梗塞)や脳卒中などの発作を起こすおそれがあります。

3. 高血圧症の影響は？

- ・心臓は過重労働に対応しようと心筋を増やし大きくなります(心肥大)
- ・血管は高い圧に負けまいとして壁を厚くします。そこにコレステロールが加わると動脈硬化を起こします。
- ・動脈硬化により血流が悪くなり、腎機能も低下します。人工透析を受ける人の原因の第3位は高血圧症による腎硬化症です。

4. 予防するにはどうすればいいの？

規則正しい生活を心掛けましょう。

- ・塩分を減らす、肥満を解消する、適度な運動を習慣にしましょう。
- ・十分な睡眠をとることで、夜間の血圧が下がり心臓や血管の負担を減らせます。
- ・タバコは循環器病の最大の危険因子です。禁煙を心掛けましょう。
- ・便秘解消に努めましょう。
- ・肉の脂身やバター、卵類等のコレステロールが多い食事は控えましょう。



ボランティアの皆様 (10月～1月)

(団体名/代表者名:内容)

日比谷花壇様:フラワーアレンジメント

あすなろ保育園様:歌とお遊戯

江端 昭二様:歌

笑話ただ士様:マツケン サンバ

山形十小5年生様:クイズ大会

蔵王キリスト教会様:クリスマス合唱

西村 裕紀子様:被服修繕

介護教室・サロンのご案内

〈内容〉

認知症予防体操やレクリエーション等を予定しています。

〈時間〉

午前9:30～午前11:00

〈費用〉

100円(お茶代)

〈日程〉

2月25日(土) 3月25日(土)

4月22日(土) 5月27日(土)

※日程は変更する場合があります。

ご不明な点は下記までご連絡下さい。

647-6330 担当:伊藤まで



編集後記

本格的な寒い冬がやってきましたが、体調を崩していませんか？鍋物やうどん等温かい物を楽しみながら、寒い冬を乗り切りたいですね！(広報委員会)

あっぶる通信 りんりん

第14号 2017年2月発行

社会福祉法人 慈福会

発行責任者 施設長 岡崎卓也

〒990-2482

山形市久保田1丁目7番7号

TEL:647-6330 FAX:646-1133

