

まりあ通信

令和5年
VO1.5

社会福祉法人まりあ 広報誌 令和5年12月10日 発行 (2か月1回10日発行)



表紙【 小規模多機能型居宅介護 ちっちゃなお家みづき より 】

《今月号の内容》

- | | |
|--|----|
| ■特別養護老人ホームまりあ【海】【空】【郷】 | 1P |
| ■グループホームまりあ【夢】【想】【花】 | 2P |
| ■ショートステイまりあ・住宅型有料ホームまりあ・サービス付き高齢者向け住宅まりあ | 3P |
| ■デイサービスセンター福さんの家・デイサービスセンターまりあ・ちっちゃなお家みづき | 4P |
| ■泉ヶ丘高等学校附属中学校 福祉交流体験学習・まりあ運動会・ふれあい祭り・
都城コアカレッジ 福祉ボランティア | 5P |
| ■エンディングノート研修・新任管理者・主任あいさつ・健康診断 | 6P |
| ■まりあ農園・栄養管理室よりレシピ紹介・編集後記 | 7P |

特別養護老人ホームまりあ【ユニット海】

道の駅 都城 NiQLL に行ってきました!!
少し寒かったですけど久しぶりの外出に
喜んで頂けた様子でした。芋のスイーツをお
土産に持って帰り皆で食べました



今月の手作りスイーツは
フレンチトーストでした。



「サンマが食べたい」との利用者様のお声で、焼きたて
のサンマを召し上がり、とても喜んでくださいました。
来年も沢山食べて元気に過ごしましょうね🌸

【ユニット空】

9月・10月に誕生日会を行いました。
9月は若松敏子様と蔵野トシエ様の誕生日会で、アイ
スクエキを食べながら皆さんでお祝いしました。10月
の久保アヤ子様の誕生日会では、本人様のご希望で
お寿司を注文して、ユニットの皆様とお祝いをしまし
た。



8月に植えたきゅうりを収穫してポテトサラダや
ドレッシング和えを作りました。混ぜる作業や味
見などを手伝って頂き、食事の時に
提供すると「おいしい」と喜ばれていました。
来年も、何か野菜などを植えて皆様と一緒
に育てて行けたらと思います。



【ユニット郷】



10月の日差しが和らいだ午後、テラスへ
出て、お茶会をしました。
ちょっとしたお茶会がにぎやかに盛り上がり、お話と手が止まりません。いつもよりた
くさん頂きました(笑)



木の葉は色づき始め、観音池公園と
温泉へ外出して来ました
本人の希望で、春に続き秋にも
外出を企画しました。車窓から眺める
コスモスもとてもきれいでした



グループホームまりあ 【ユニット夢】



スポーツの秋、風船飛ばしやパン食い競争に興じました。夕涼み会では、腰の痛みになげない歌声も聞かれました。

多数決により、11月11日はポッキーの日に決定！（介護の日でもあります）



グループホームまりあ 【ユニット想】



～3 ユニット合同夕涼み会～

久しぶりに3ユニットでの行事を行いました。目移りするほどの沢山の料理を目の前に「すごいね～」と喜ばれ、バイキング形式で好きな物を選んでいました。同じお料理を何度も取りに行かれる方もいらっしゃいました。お腹がいっぱいになった後は、「カラオケ大会♪」に参加され、マイク争奪戦でした♪ 笑顔溢れる会になりました。



「これ食べてごらん」と交換されている姿にほっこりしました。色々なお話に花が咲き、賑やかな時間を過ごす事が出来ました。



グループホームまりあ 【ユニット花】



3ユニット合同で夕涼み会を行いました。

食事準備のお手伝い、他ユニットの利用者様との交流、食後にはカラオケを皆さんで歌い、普段とは違う時間を過ごして頂きました。

食事時は数種類の中から食べたいものを選んで頂き、普段よりも箸が進み「おいしいね」と皆様の笑顔が見られました。



ショートステイまりあ



美味しそう♪

嬉しい！

お誕生日の方のご家族の面会等もあり、ケーキやプレゼントを持って来て下さり、とても良い笑顔もみられました！

また、日中には共同生活室にてレクリエーションや塗り絵、リハビリ体操を皆様ご自分のペースで楽しまれています。



あともう少し…



上手に塗れました！



住宅型有料ホームまりあ

お花が届き、大変喜ばれておりました！！
笑顔も素敵ですよ(^_^)
近くにいる方々からも『綺麗やね！私も欲しい！』と
言われておりました♪
御家族の皆様！お待ちしておりますよ☆
誕生日や何かお祝い事にでも大丈夫です。
時には、御家族写真でもいかがでしょうか♪



早いもので季節は秋🍁12月に突入しました。
冬の気配がして参りましたね。
今年も残すところ残り約1ヶ月…。
気温差の激しい日が続いておりますが住宅型まりあ
の東側テラスは、東から昇る太陽が温かく、外気浴
には最高の場所なんです♪
数分もすれば睡魔に襲われます(-_-)zzz
何気なくゆっくり過ごすひと時も良いものです。

サービス付き高齢者向け住宅まりあ

朝晩めっきり寒くなってきました。サ高住では
温かい陽射しの中、ひなたぼっこする姿を多く
見かけるようになってきました。
これからますます寒さが増してきます。皆様の
体調管理に気をつけていきたいと思ひます。



サ高住には金魚がいます。入居者様からも「みごち
ね～」「元気や～」とかわいがって頂いてます。
飼い始めた時は見事な黒一色でしたが数ヶ月前から
写真のように橙色に変わっていきました。
皆様に褒められて、おしゃれになったのかもしれませ
んね！皆様と共に、いつまでも見守って
いけたらいいなと思ひます。



デイサービスセンター福さんの家

早いものでもう12月ですね☆今年を振り返り色々な行事や活動に取り組みました。花見や夏祭り、運動会・敬老会等、毎日笑い声の絶えない日々でした。コロナ渦にて会えなかったご家族とも制限が緩和され、再会出来て喜ばれる方もいらっしゃいました。地域の行事にも参加し、地域の方とのつながりが出来て見学に来られ、利用者様と楽しいひと時を過ごされる等交流をすることも出来ました。福さんの家のスタッフは来年も活動を増やし、利用者様が日々元気にご利用していただけるように努力してまいります。



来年もよろしくお願い致します！



地域の方が作られた縁起物
〔南天九疋〕
頂きました。



デイサービスセンターまりあ

「スポーツの秋！」という事で、デイサービスセンターまりあでは今年も紅組・白組に分かれて運動会を開催致しました！利用者様も赤と白のハチマキを締めて競技に臨みました♪玉入れやボール引っ張りリレー、お菓子のつかみ取り等色々な競技に参加され、勝った負けたの大賑わい。職員対抗リレーも行い、大きな声援を頂きました♪勝ち負けはあれど、最後は職員も利用者様も全員で万歳をして充実したひと時が過ごせました！



ちっちゃなお家みづき



コスモス見学に行きました。色鮮やかなコスモスの花に「わあ！きれい！」と大変喜ばれ、笑顔も咲いていました。季節感を味わうことができ、「また行こうね」と約束をしました。来年も楽しみです。



10月25日におやつ作りを行いました。たこ焼き器にホットケーキミックスを使用した生地を入れ、あんこやチョコ、チーズなどを入れ、クルクルと器用に回されていました。普段食べないおやつに「おいしい」とたくさん召し上がっていただきました。



泉ヶ丘高等学校附属中学校・福祉交流体験学習

10月25日泉ヶ丘高等学校附属中学校の学生さん達がデイサービスセンターまりあへ福祉体験学習にきてくださいました！風船バレーやビンゴ大会を企画してください、レクリエーションの時間を利用者様と楽しく過ごしました♪

「学生さんに貰ったの」と受け取った折り紙を大事に持って帰られる利用者様の笑顔が印象的でした！



都城ブルースカイライオンズクラブ様より御支援頂きました

11月25日に都城ブルースカイライオンズクラブ様より、結成25周年記念事業として、祝吉地区において実施している学習支援『夢学舎』への支援を頂きました。当日は宮崎県内から100名を超える会員の皆様で、25周年の記念式典が盛大に開催されました。地域社会に密着した奉仕活動を実施されておられる、ブルースカイライオンズクラブ様にはこれまでも支援を頂いており、これからを担う子供たちの支援に有効活用させて頂きたいと思っております。ありがとうございました。



ふれあい祭り

10月22日に小松原地区・11月3日に祝吉地区の2つのふれあい祭りに作品展示を行いました。素敵な作品がたくさん集まりました。祝吉ふれあい祭りでは利用者様も参加し、子供たちの歌や踊りを楽しく拝見しました。作品展示



示では、着物の生地を使った小物や飾りに見とれ、製作者の方とお話をさせて頂き、利用者様も興味深々でした。この出会いを大切に地域の方との交流に繋げていければと思います。

永年勤続表彰

10月に永年勤続表彰が行われました。長年、社会福祉法人まりあに勤めてこられたお二人。これからもどうぞよろしくお願い致します。



勤続10年
松尾美和さん



勤続20年
高山晶子さん

都城コアカレッジ・福祉ボランティア



10月19日、都城コアカレッジで介護を学ばれている学生さん達が特別養護老人ホームまりあへボランティアにきてくださいました。入所者様にハーバリウム体験と理美容をしてください、ハーバリウム体験では初めての作業と素敵な出来栄えに大変喜ばれていました。理美容を受けられた入所者様はさっぱりとされ、御家族も喜んでくださいました。皆様のいきいきとした表情を見ることが出来、素晴らしい時間を過ごすことが出来ました。

エンディングノート研修



10月20日、社会福祉法人まりあにてエンディングノート研修がありました。今回は都城市北諸県郡医師会の在宅医療介護相談センター・日高様とホームクリニックみまた・郡山先生のご協力のもと研修を行いました。なかなか講義を受ける機会も少ないため、参加を希望する職員がとても多く、参加した職員はとても熱心に講義を受けていました。

御家族と一緒に利用者様が最後のその時まで自分らしい生活が送れるように支援していきたいと感じた研修でした。

新任 管理者・主任あいさつ



グループホーム
管理者 外園 麗

10月よりグループホームで管理者を努めさせていただきます。

利用者様が安心して毎日元気に楽しく過ごして頂けるよう、精一杯尽力して参ります。

今後ともご指導ご鞭撻のほど宜しくお願い致します。



デイサービスセンター
管理者 稲田 允洋

10月よりデイサービスセンターまりあの管理者をさせていただきます。

利用者様、ご家族に寄り添い、身体機能の低下を予防しながら、楽しみのある生活が送れるように心がけて参りますので、今後ともご指導、ご鞭撻のほど、よろしくお願い致します。



住宅型有料ホーム
管理者 池江 正人

10月より住宅型有料ホームまりあで管理者を努めさせていただきます。

その人らしい生活を大切に、おひとり、おひとりのペースに合わせた支援を行って参ります。

今後ともご指導、ご鞭撻のほど宜しくお願い致します。



デイサービスセンター
福さんの家
主任 四丸 恵美

10月よりデイサービスセンター福さんの家で主任を務めさせて頂くことになりました。

利用者様・御家族に常に寄り添ったケアを心がけて参ります。皆様のご指導・ご助言を宜しくお願い致します。



健康診断



11月9日・10日に社会福祉法人まりあの定期職員健康診断がありました。

社会福祉法人まりあでは毎年11月、2日間に分けて、産休・育休中、入社間もない職員を除いたほぼ全ての職員が健康診断を受けます。朝7時に検診車が社会福祉法人まりあの駐車場に到着し、準備ができ次第検診が始まります。年齢に応じて検査項目は変わりますが、身体測定や血圧測定、血液検査、検便、検尿、胸部エックス線検査、胃透視等、多い人で合計11項目の検査を行います。後日検査結果が届きますが、検査結果に問題があれば、紹介状が出されたり、再検査の通知を受け取るようになります。利用者様の日々の生活をサポートする為、私達職員もしっかり健康を考えていきます！（この他、夜勤に入る職員は、5月にも追加で健診を受けています。）





秋の収穫時期という事で、まりあ農園では利用者様と一緒にさつまいもの収穫を行いました！地中深くまで成長した芋を掘り起こすのは一苦労でしたが、立派な芋を掘り当てると歓声が上がっておりました！

3種類あるはずのさつまいもが混ざってしまったのはご愛嬌です☆



さつまいもは焼き芋やがねの材料として使用しました。利用者様からのアドバイスで2週間程寝かしてみましたが、驚く程甘さが増しており自然の不思議さを体感しました。利用者様からも「甘いね」「美味しいね」「頑張った甲斐があったわ」とお言葉を頂き旬の味を楽しんで頂けました！

栄養管理室よりレシピ紹介

「炊飯器で簡単！焼き芋」

《作り方》

1. 皮付きのさつまいもを炊飯器の釜に入れる。
2. 《ホクホクにしたいとき》水を1カップ(200ml)入れ、普通モードでスイッチ ON♪
3. 炊きあがったらお芋に竹串をさして、スツとさされば OK。
固いようならもう一度スイッチを入れ、5分ずつ様子を見る。
4. 《ねっとりしたいとき》
さつまいもを炊飯釜に入れ、水を3合目盛りくらいまで入れたら、玄米モードでスイッチ ON♪
5. 少量作る場合は、途中で蓋を開けて、竹串をさし、良さそうなら炊飯ストップしてください。
6. 出来上がったら、ざるにあけ、表面が乾燥したら焼き芋の完成☆



簡単・美味しい焼きいも！ポテトサラダやスイートポテトなどアレンジも無限です。

さつまいもには、健康や美容の強い味方であるビタミン Cをはじめとする多様なビタミンやミネラルが含まれています。でも、食べ過ぎにはご注意くださいね♪

《編集後記》

冷気が一段と深まり冬の訪れを感じる今日この頃、皆様おかわりなくお過ごしでしょうか。今年も残りわずかとなりました。今年は活動の幅もさらに広がり、夏にはアイスを食べに外出を行ったり、ご家族の皆様と一緒に外出されたりと楽しいひと時を過ごすお姿をたくさん見ることができ、嬉しい思いでいっぱいです。利用者様との普段の関わりの中で「〇〇したい」にもっと耳を傾けながら、少しでも実現していけるように来年もさらに楽しい企画を提供して参ります。

【 特別養護老人ホームまりあ : 高木 】

社会福祉法人まりあ 広報誌 まりあ新聞 Vol.5

- 発行日:令和5年12月10日
- 都城市志比田町 9573 番地の1
- 編集/発行:まりあ広報部会
- 電話:0986-46-2727



*右側の QR コードを読み込むと社会福祉法人まりあのホームページが表示されます。

*掲載しております写真等につきましては、個人情報の同意のもと掲載させていただいております。