

# まりあ通信

令和5年  
VOL.3

社会福祉法人まりあ 広報誌 令和5年8月10日 発行 (2か月1回10日発行)



表紙【 デイサービスセンターまりあ 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
■スマイル・カフェ祝吉・ふれあいミニバレー大会	5P
■救急法・実習・職場体験	6P
■まりあ農園・栄養管理室よりレシピ紹介・編集後記	7P



～そうめん流しを行いました～  
 そうめんの他に揚げたての天ぷらを召し上がっていただき、皆様が喜んで下さいました！刻み食の方にも食べやすく提供させていただきました。



ご家族より大きなすいかを頂き、皆様と一緒に味わいました。顔より大きなすいかに、皆様もびっくりされていました。ありがとうございました。

【ユニット空】

おめでとうございます！  
 6月は今ヶ倉様の91歳の誕生日でした。職員が手作りのケーキを作って利用者様と一緒に祝いをしました。今ヶ倉様も喜ばれている様子でした。これからも元気に過ごして頂きたいです。



7月はユニットでそうめんとうなぎを食べました。うなぎは職員が七輪で実際に焼いて提供しました。「よか匂いがする」と美味しく召し上がられていました。皆様普段とは違う形の食事を楽しまれていました。



【ユニット郷】



郷では、6月に大浦様誕生会と利用者様からの「牛肉を食べたい」と強い希望もあり、バーベキュー会を開催しました。「幸せ～」としっかりかみしめて肉の味を堪能されました。そして、7月はユニットに青竹をセッティングし、そうめん流しを行い、季節の野菜の天ぷらで季節を感じていただきました。しっかりスタミナを付け、暑い夏を乗り越えていきます。



グループホームまりあ 【ユニット夢】



七夕でしたので、数日にわたり笹飾りや短冊を作っていました。  
「願い事は叶うかしら」と利用者様同士でお話されていました。「あなたの願いも叶うといいね、書いてあげようか」と言われ、職員の願いごとにも書いて下さいました♪



当日には利用者様、職員で七夕ゼリーも作りました！  
天の川をイメージして、かき氷シロップで作った青色のゼリーの上に星を飾ると「美味しい綺麗なね～」との声をいただくことが出来ました♪



織姫様と彦星様の飾りを見られ、  
「わ～、織姫さんと彦星さんだね。かわいく出来たね。」  
「2人のために今日は雨が降らんといいねえ」との声もありました。



グループホームまりあ 【ユニット想】

☆≡星に願いを☆≡

短冊にお願い事を書いて頂きました。「何て書けばよかけ～」と皆さん思い思いに願い事を丁寧に書かれていました。



歩けますように… ☆≡☆≡☆≡

短冊に願いを込めて★

皆様の願い事が叶いますように☆

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆



元気に  
過ごせますように…

グループホームまりあ 【ユニット花】

お好み焼き作り



とあるテレビ番組の中に映し出されたお好み焼きを見て、「美味しそうやねえ～」という声が聞かれ、お好み焼き作りを計画しました。久々に食べるお好み焼きに皆様ご満悦で「美味しい」と笑顔溢れる時間を過ごされました。



## ショートステイまりあ



ショートステイでも利用者様と七夕の飾り付けや短冊にお願いを書いて頂きました♪  
利用者様は「健康でいられますように！」とお願い事を書かれていました。お願いが叶いますように！

ショートステイの中庭に植えてあるブルーベリーがたくさん実っていたので、利用者様と中庭に出てブルーベリーの収穫ができました♪  
収穫したブルーベリーは綺麗に洗い、美味しそうに食べられていました。  
又、天気の良い日には中庭の方に出てお茶を飲まれておりました。



## 住宅型有料ホームまりあ



利用者様のご家族からマンゴーを頂き、お茶の時間にいただきました。  
職員もマンゴーを切るのが初めてで、調べながら切り分けました(\*^^)v  
綺麗なオレンジ色で味もすごく甘く、「甘くておいしい！」と皆さん言われていました♪初めて食べる方が多く「一度は食べてみたかったの、美味しい！」ととても喜ばれていました(\*^^\*)



## サービス付き高齢者向け住宅まりあ



今年も七夕の季節になりました。利用者様に札やワッカ作りを手伝って頂き、とても立派な七夕飾りになりました。職員一同、利用者様がこれからも自分らしく過ごせるようお願いをしました。



今月もフラワーアレンジメントを行いました。皆様とても上手にお花を生けていらっしゃいました。



## デイサービスセンター福さんの家

梅雨の時期に入り室内での活動が多くなっていますが、6月にミニ田んぼを作り、田植えを行いました。昔を思い出して植えられる方や初めて田植えをされる方等楽しく取り組む事が出来ました。成長を楽しまれ、欠かさず観察をされる方もいらっしゃいます。秋の稲刈りが楽しみです。

また、毎年恒例の浴衣での写真撮影を行ないました。ご自分で着付けをされる方もおられました。車椅子の方も浴衣を着ると自然と背筋が伸びる様子が見られました。田植えや着物を着るなど日本の文化を大切に日々の行事を計画しています。



## デイサービスセンターまりあ

まりあ農園で収穫された野菜を使用して、数回に分けて調理活動を行いました。利用者様に野菜のカットや調理を手伝って頂き、じゃがいもはポテトチップスや芋餅に、ピーマンや茄子、カボチャ等の夏野菜は天ぷらにして間食として召し上がって頂きました。

「これはどうするの?」「私に出来るかしら?」と話されながらも慣れた手つきで動かれる様子は、長年の経験を感じる瞬間でした。

上手に出来上がった料理は、皆様「美味しい」と召し上がられ、笑顔を見せて下さいました。今後も喜んでいただけるような調理活動を計画していこうと思います。



## ちっちゃなお家みづき



みづきでは7月の行事で夏まつりの気分を味わっていただくこと、屋台で売っているトウモロコシ、たこ焼き、ポテト、焼きそば、おにぎりを召し上がって頂きました。



皆様、「美味しい〜」、「久しぶりに食べた」と喜ばれていました♪



トウモロコシは甘かったです。



今年初めてのかき氷カルピスをかけて美味しく頂きました☆彡



## スマイル・カフェ祝吉



スマイル・カフェ祝吉は平成 30 年より開催されている祝吉地区の取り組みです。様々な背景を抱えている世帯の支援として“つながり”や“ふれあい”そして“新しい出会い”のきっかけとなることを目的に毎月第3土曜日に開催しております。

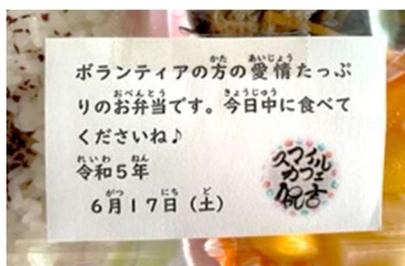


デイサービス福さんの家では3ヶ月1回参加しています。地域の方やボランティアの方々とメニューなどの事前の話し合いをし、毎回楽しく調理を行っています。新型コロナウイルスが流行して以来、お弁当での提供になっていますが、皆様には喜んで頂いているとの事です。

今回担当の方、2名にお言葉を頂きました。

### 【社会福祉協議会 鎌田様よりコメント】

福さんの家をはじめ福祉施設や地域ボランティアの方にお力を頂きながら、祝吉地区担当として、いつも元気をもらっています。有難うございます。



《祝吉地区の住民代表 小堀様より素敵なお手紙を頂きました》

～ 私の後悔 ～

私が常に後悔している事は父に対して優しさが足りなかった事。どうして元気な時に優しく接してあげなかったのかと父の事を思い出すたびに涙が出てくる。子ども達の為に自分の好きなこともできなかったのではないだろうかと思う時、今生きていてくれたら優しく出来るだろうに、私の孫をどれだけ可愛がってくれるだろうかでも、後悔してもどうにもならない事は、今は母と2人で空の上から子ども達の事を見守ってくれているだろう。

小堀様のお気持ちが凄く分かります。きっと、この後悔が今の活動の原点になり、人とのつながりや助け合いなどを大切にされているのだと思います。私達も法人として地域貢献活動に協力し、大切なご家族の支援を後悔のないように取り組めたらと改めて思いました。

## ふれあいミニバレー大会



地区自治公民館ふれあいミニバレー大会が令和5年7月2日(日)に早水公園体育文化センターで行なわれました。新型コロナウイルス感染症予防の為、4年ぶりの開催となり男子10組・女子7組・混合12組でとり行われました。今年初めて、福さんの家の職員、上原と四丸の2名が参加させて頂きました。数日間行われた練習に欠かさず参加し、地域の方と交流を図りました。思うように体がついて行かず申し訳ない気持ちでしたが「大丈夫」「フォローするから安心して」とやさしく声をかけて下さりとても嬉しかったです！当日は残念な結果でしたが、地域の方や応援の皆様力を頂き、楽しく参加できました。



## 救急法研修



昨年、新人職員を含む入社 3 年以内の職員を対象に行った救急法の研修を、今年は介護職・厨房職員・看護職・事務職のすべての職員うち、昨年受けていない職員を 8 つのグループに分け、消防署から講師を招いて行いました。

コロナ禍以前に受けていた救急法でしたが、座学をはじめ、人形を用いた胸骨圧迫の方法、AED の使い方など、救急車が来るまでの一連の動作を講師の指導を受けながら実践形式で行いました。全職員が研修を受ける事で、施設内で何か起きた場合に誰でも対応出来るようになります。万が一、施設外で遭遇した場合に救急法の研修を受けている事で人命救助を行う事が出来る勇気ある職員になりたいと思いました。2 時間という時間があっという間に過ぎる有意義な時間になりました。



## 実習生・職場体験

介護施設における実習生受け入れとは、介護職員等の業務を体験するために、専門学校や大学などの教育機関から派遣された学生が、一定期間、介護施設で実際の業務に従事する事です。

介護実習を行う最大の目的は、「学校の授業だけでは得られない技能を身につける事」です。介護の現場には、実際に体験しなければ養えない「現場ならではのスキル」があります。実習を通じてそれらを身につける事で、介護福祉士として働く際に自信を持って業務にあたる事ができるのではないのでしょうか。また、実習とは違いますが、職場体験として介護施設ではどのようなことをしているかなどを学ぶこともあります。

介護実習として、6月・7月には、日章学園高等学校・都城高校・都城コアカレッジ・宮崎学園短期大学の学生。職場体験として、都城農業高校・小松原中学校の学生の受け入れを行いました。



実習生達からは、

- ・ご利用者に対して声掛けする事は、難しかったけど、実際にご利用者と交流することは楽しかったです。
- ・ご利用者の介助をしながら色々な事が学べたことに、実習のやりがいを感じ、楽しくできました。

等のコメントを頂きました。

今回の実習や体験を通して何か得る事で、これからの経験に活かして頂きたいと思います。そして、将来はまりあの職員として、一緒に働いて頂けたら嬉しいです。

## まりあ農園

まりあ農園では、夏野菜の収穫が始まりました。

ピーマンや茄子、オクラ・トマト等が次々と実り嬉しい悲鳴が上がっています。大玉のスイカも実り、デイサービスのレクリエーションとしてスイカ割りも行いました。思いっきり違う場所を叩いたり、当たったけど割れなかったりと大いに盛り上がりました。味も「甘くて美味しい！」と大好評でした。これから増々暑くなりますので、熱中症対策を十分に行いながら手入れや収穫作業を行っていきます。



5月頃に利用者の皆様と植えた苦瓜の苗が見事に成長し、立派なグリーンカーテンが出来ました！鮮やかな緑は見るだけで涼しく感じますね！  
苦瓜の収穫も間近の様です。

### 栄養管理室よりレシピ紹介 「梅おろしそうめん」

#### 《材料 1人分》

そうめん 1束  
梅干し 1個  
大根(おろし) 50g分  
青じそ(せん切り) 1枚分  
豚肉(しゃぶしゃぶ用) 80g  
めんつゆ(ストレート)150ml

#### 《作り方》

- ① めんつゆは冷やしておきます。
- ② そうめんはたっぷりの熱湯で茹でて冷水にとり、もみ洗いしてぬめりを取り、ザルにあげて水気を切ります。同じ鍋で豚肉を茹でます。
- ③ 器に2のそうめん、豚肉、梅干し、大根おろし、青じそを盛り付け、1をかけます。



大根おろしと梅が、暑さで食欲が低下する夏にぴったりのさわやかなそうめん。梅の酸味が食欲をそそります。豚肉のビタミンB1、梅干しのクエン酸で疲労回復！大根が消化を助けてくれます！栄養価にも優れた簡単レシピ。喉ごしも良く、ご高齢の皆さんも食べやすいと思います♪めんつゆはお好みの商品でOK。ごま油などでアレンジしても美味しいですよ♪

#### 《編集後記》

酷暑の候、皆様におかれましてはいかがお過ごしでしょうか。今回は各事業所、季節感あふれる記事が多く取り上げられています。利用者様には、夏の行事・季節の味覚を楽しんでいただいているようです。総務事務所にも調理活動のおすそ分けをいただき、美味しく頂かせていただきました。

まだまだ暑い日が続きそうです。こまめに水分補給をしていただき、お身体に気を付けてお過ごしください。

総務：石田

社会福祉法人まりあ 広報誌 まりあ新聞 Vol.3

- 発行日：令和5年8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。