

まりあ通信

令和6年
VOL.243

社会福祉法人まりあ 広報誌 令和6年10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
■介護の仕事 IN MIYAZAKI 魅力PR事業・地域交流イベント・祝吉スマイル・カフェ	5P
■救急法・まりあ農園・都城農業高校実習生・小松原中学校職場体験実習	6P
■介護の豆知識・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】



8月は、東条様が空ユニットの利用者様と一緒にハンズマンと、はいから亭へ外出に行かれました。久しぶりの外出という事で、とても楽しまれており、買い物も出来てすごく満足されていました。



9月は、誕生日を迎えられた方が4名おられ、お寿司とケーキを食べられました。「とても美味しかった」と、笑顔見られ、良い誕生会を行う事が出来ました。

特別養護老人ホームまりあ【ユニット空】



<9月> 若松様の89歳のお誕生日会を開きました。華やかなアイスクレーンケーキでお祝いをしました。皆さま「甘いね」「冷たいね」と驚きも交えつつ、嬉しそうに味わっていらっしゃいました。



<8月> 岡崎様の84歳のお誕生日会を開きました。バースデイソングを歌い、火を吹き消すという場面では皆様が熱い視線で見守っていましたが、数回のチャレンジですべての火が消えた瞬間には大きな歓声と拍手が沸き起こりました。

特別養護老人ホームまりあ【ユニット郷】



9月は、お誕生日を迎えられた方が3名いらっしゃり郷ユニットでもお祝いをさせていただきました。改めて皆様お誕生日おめでとうございます！

岩下様はなんと103歳を迎えられました！時に見せる笑顔が職員一同元気を頂いております。今後とも皆様に穏やかに笑顔で過ごして頂けるよう支援して参ります。

8月は、そうめんと天ぷらでお食事会を開きました！揚げたての綺麗な天ぷらに皆様、笑顔で驚かれておられ美味しそうに召し上がっておられました！



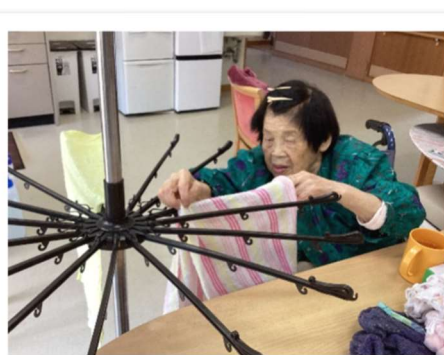
グループホームまりあ 【ユニット夢】

夢ユニットで、スイカ割りを行いました！！大きなスイカでしたが、利用者様で協力して上手にスイカを割る事が出来ました。皆様とても喜ばれていました。

普段家事手伝い(洗濯物畳みや食事の盛り付けなど)していただいています、その他に塗り絵もしてもらっています。皆様真剣に塗り絵に取り組まれます。お一人、おひとり色使いが変わるので仕上がりも皆様個性がでます。



グループホームまりあ 【ユニット想】



想ユニットでは日頃の家事活動を積極的にお手伝下さり、天気の良い日には、外に散歩に行き利用者様のペースでゆっくり過ごされています。

昼食前、口腔体操やラジオ体操などに参加され、「運動をせんといかんね～」と積極的に参加して下さっています。朝、晩と少しずつ涼しくなっておりますので体調管理に努めていきたいと思ひます。

グループホームまりあ 【ユニット花】

花ユニットでは、日々生活の中で洗濯物畳みや皿洗い、洗濯物干し等、家事手伝いを積極的に手伝って頂いております。皆様から「何かする事はない？」と聞かれる程、話をされ日課として楽しまれている様子でした。

また、中庭に出て外気浴をされ、居室にて利用者様同士で集まって井戸端会議をされる等、思い思いに過ごされております。



ショートステイまりあ

8月はそうめん流しを行いました。3種類のそうめん、お茶そうめん、梅そうめんがありました。皆様、流れるそうめんに夢中になりながらお箸で掴もうとされておりました。掴めた際には、とても良い笑顔が見られていました。夏らしく行事が出来て良かったです。

又、ご家族様から頂いたお花を見て「きれいだね」と言われ「お花と一緒に写真を撮って欲しい」との事で記念に写真を撮りました。利用者様からお花の名前を教えて頂き、とても勉強になっております。



住宅型有料ホームまりあ

9月16日「敬老の日」でした。綺麗なお花をご家族から頂いて、嬉しい涙を流す場面もありました。ご家族に「会える時間がとても楽しみ」と嬉しそうにお話しして下さりました。



まりあで収穫出来た「ブルーベリー」の実です。とても実が大きく甘かったので、おやつのアイスの上にトッピングして皆様で頂きました。

サービス付き高齢者向け住宅まりあ

サービス付き高齢者向け住宅まりあに入居されている100歳を迎えたお二人に、都城市からお祝いを頂きました。

100歳を迎えることが一人でも素晴らしいことなのに今回はお二人！これからも末永く元気でお過ごしいただけるよう、スタッフ一同、努めて参りたいと思います。



デイサービスセンター福さんの家

9月は、パン作りや敬老会を行ないました。利用者様同士の会話がきっかけで、利用者様が作られていた「パンを食べてみたい」との言葉が聞かれ、昔パンのお仕事をされておられた方に見てもらいながら、職員や利用者様と一緒に作りました。出来上がったパンは皆様に頂き「出来立ては美味しいね」と評判でした。



敬老会では、福さんの家で最高年齢 102 歳の利用者様に着物を着て頂きお祝い写真を撮りました。ご家族からも喜びのお声を頂きました。敬老会では、寸劇や踊りなど楽しませてにぎやかに過ごして頂き、皆様とても喜んでおられたので職員一同嬉しく思いました。皆様の健康をお祈りするとともに楽しく利用頂けるように今後も支援させていただきます。



デイサービスセンターまりあ



今年も夏祭りを開催しました！利用者様には金魚すくいやボウリング、お楽しみ抽選会等を楽しんで頂き、かき氷やたこ焼き、羊羹にケーキ等数種類の軽食からお好きな物を召し上がって頂きました♪抽選で当たった景品をワクワクしながら確認される姿が印象的でした。

9月に敬老会を行いました。職員による三味線の演奏では、民謡等利用者様に馴染みのある曲が数曲披露され、一緒に歌われたり手拍子をされたりと賑やかなひと時になりました！これからも健康第一で、いつまでも元気でお過ごし下さいね。



ちっちゃなお家みづき



9月に夏祭りを行いました。食事を夏祭り仕様にし、バイキング形式にし、ご自身で食べたい物を選んで頂きました。「おかわりしていい？」と豚汁や焼きそばをおかわりされる方もいらっしゃいました。ミニ金魚すくいも行い皆様上手に全部すくっていました。賑やかな夏祭りになりました♪♪



令和6年度宮崎県委託事業 介護の仕事 魅力PRツアー in ベトナム

令和6年度宮崎県委託事業として7月30日～8月3日の日程で‘介護の仕事 魅力PRツアーinベトナム’に宮崎県の介護施設を代表して参加させて頂きました。ベトナム現地を訪問し担当者や学生との交流を通じて、直接話を聞き、宮崎県で介護職員として働くことの魅力をPRすること、宮崎県や介護の仕事に関する理解を深めて宮崎県で介護職員として働くことを希望する外国人介護人材の拡大を目的とした派遣となりました。

*現在、宮崎県で働いている外国人労働者数は約7,000人で2,500人以上のベトナムの方がいらっしゃいます。介護職については、300人近い外国人が活躍しておりご利用者様を支えています。将来の労働環境（人材確保）を見据えると、外国人介護職員の雇用は避けられません。今回のツアーで宮崎県長寿介護課の介護に対する本気度も感じられた有意義な委託事業参加になりました。これからもご利用者様、ご家族が安心して生活できる環境づくりを目指し取り組んで参ります。 【木場】



地域交流イベント 『勝手にピアガーデン』へ参加しました

8月11日にパシオ志比田店駐車場にて、『勝手にピアガーデン』へ職員6名で参加させて頂きました。開始直後は雨が降りましたが、その後は天気も回復し地域の方々とも最後まで交流をさせて頂き、楽しい時間を過ごさせて頂きました。



祝吉スマイル・カフェ



今月のスマイル・カフェは、デイサービスセンター福さんの家の庭で開催しました。大人と子ども合わせて約30名の地区の方々が集まり、皆でバーベキューを行ないました。天気にも恵まれて、皆さん談笑をされながら過ごされました。引き続き、祝吉・郡元町の行事等に積極的参加させて頂きながら、地域の方々にも福さんの家を知って頂きたいと思います。





令和6年度の救急法を実施しています。去年応急手当普及員修得した3名の職員講師のもと、4日間職員対象に講義行っております。また、都城消防局指導員のサポートを頂きながら、皆様“命を助ける大切さ”を学んでおります。(AED 心肺蘇生法) 1分、1秒、救急時に活かされる様努めて参ります。



都城農業高校ライフデザイン科実習生受入れ・まりあ農園

紫蘇の季節がやってきました！今年もまりあ農園で育った青紫蘇を使って紫蘇シロップ作りを行いました♪今年は実習に来ていた都城農業高校ライフデザイン科の学生さんにも収穫を手伝って頂き、利用者様と一緒に茎から葉をちぎる作業も行っていました。利用者様も談笑をしながら作業されており、交流の場にもなったようです。今年の紫蘇シロップは雑味が少なくスッキリとした味に仕上がりました。



紫蘇シロップの作り方

《材料》

紫蘇の葉 適量
砂糖 1 kg
水 2ℓ
クエン酸 適量

水や炭酸水で割って
お楽しみ下さい♪

《作り方》

- ①紫蘇の葉は水洗いし、暫く水切りをします。
- ②水を鍋で沸騰させる。
沸騰したら水切りした紫蘇の葉を入れ、15～20分程煮詰めます。
- ③煮詰めたら紫蘇の葉を鍋から取り上げます。
※なるべく紫蘇の葉が残らない様に取り上げて下さい。
- ④火を弱火にして砂糖1kgを鍋に入れ、砂糖が溶けるまでよく混ぜます。
- ⑤砂糖が溶けたら火を止めてクエン酸を入れて完成です。
※クエン酸は味をみながらお好みで量を調節して下さい。
- ⑥余熱が取れたら容器に移し、冷蔵保管して下さい。
※1ヵ月以内に飲み切る事をお勧めします。



職場体験学習の受入れを行いました

9月11日に小松原中学校の3年生4名の職場体験学習の受け入れを行いました。今回はデイサービスセンターまりあにて職場体験学習を実施し、敬老の日にあわせてフォトフレーム作りを行い、電気治療されている利用者様や塗り絵をされている利用者様とコミュニケーションを図りました。

普段、高齢の方と接する機会が少ないということで、最初は緊張した様子でしたが、午後からは、おやつ準備の手伝いを行い

今回の職場体験学習を通じて、介護の仕事の内容を知り、少しでも興味をもってもらえると思います。



★予防接種とは

病気に対する免疫力(抵抗力)を高めるために、病原体を弱めて作られたワクチンを接種することをいいます。

★予防接種は何のために受けるの？

- 症状の重症化を防ぐ ○自分に感染するリスクを軽減させる
- 他人に感染させるリスクを軽減する ○社会全体への感染拡大防止に繋がる



★インフルエンザは予防接種をしてもかかる時があるのはなぜ？

インフルエンザには A 型と B 型があり、ワクチンもウイルスの型によって異なるため、毎年どの型のインフルエンザが流行するのかを予測して作られています。型が合わないと効果は見込めず、例えば B 型にかかった後 A 型にはかからない、というわけでもありません。しかし、予防接種を受ける事で、感染しても症状を緩和して「重症化」を防ぐ効果が期待できます。

★新型コロナウイルス感染症の予防接種について

令和 6 年 4 月より季節性インフルエンザと同様の B 類疾病の定期接種に位置付けられました。

65 歳以上の方、60 歳以上 65 歳未満の一部対象者にはお住いの市町村より接種券(ハガキ)が届きます。

※上記以外の人でも、全額自己負担による任意接種が可能です。(接種券は届きません)

予防接種をされる場合は、かかりつけの病院でご相談ください。

※インフルエンザワクチンと新型コロナワクチンは、同じ日に接種をすることができます。



●これから冬に向けて感染症が流行する季節です。

予防接種を行った上で、感染しないように日頃から気を付けてお過ごしくださいね。

栄養管理室よりレシピ紹介 「 かぼちゃサラダ 」



《 材料 4人分 》

南瓜 1/4 カット
きゅうり 1/2 本
ハム 3枚
★マヨネーズ 大さじ3
★砂糖 小さじ2
★塩 2つまみ程度

《 作り方 》

- ① 南瓜の下処理をし、2cm～3cmの厚さにカットします。
- ② 南瓜が柔らかくなるまでレンジで温め、ボウルに移し皮ごとフォークで潰します。
- ③ ②のボウルにカットしたきゅうり、ハム、★の調味料を加え混ぜ合わせます。
- ④ 少し冷やして器に盛ったら完成です。



《編集後記》

秋も深まり、木々が色づき始める季節となりました。秋と言えばスポーツ、芸術、読書など色々楽しむも増えてきます。まりあでもご利用者と一緒の行うイベントを通し笑顔も多く日常生活を過ごして欲しいと思います。

最近では朝晩が、少しひんやりとする事も増えてきています。これからの時期は感染症も増えてきますので、手洗いうがいや予防接種など体調管理にも気を付けて秋のイベントを楽しんでください。

【ショートステイ 横山・甲斐】

社会福祉法人まりあ 広報誌 まりあ新聞 Vol.243

■発行日:令和 6 年 10 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。