

まりあ通信

令和 3 年
VOL.3

社会福祉法人まりあ 広報誌 令和 3 年 8 月 1 0 日 発行 (2 か月 1 回 10 日発行)



表紙【 住宅型有料ホームまりあ 】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・ちっちゃんお家みづき	4p
■物理療法器具のご紹介・リハビリテーション	5p
■部会の紹介・職員の働き方改革について	6p
■お知らせ・栄養管理室よりレシピ紹介・編集後記	7p

6月はタコ焼き器でカステラ作りやテラスでお花の苗植え、7月は田植えや、七夕で短冊に願い事を皆さん書かれ、飾りつけをされたり等、様々な季節に合った取り組みやレクリエーションを行いました☆



初めてだけど
上手くひっくり
返せるやらか！



【ユニット空】

いよいよ夏本番！
空ユニットでは以前植えた野菜の収穫を行いました。
きゅうりやトマト、オクラを収穫して頂き、皆様に美味しく頂きました。
「美味しいね」「懐かしい」と会話も弾み、楽しい一日を過ごせました。

食べるのが
もったいないねえ



【ユニット郷】

6月は誕生日を迎えられる方が1名いらっしゃいました！餡蜜を作り美味しくいただきました！また日中は、卓上バレーをしたりテレビ鑑賞をしたりと落ち着いた日々を過ごされています。

ユニットで飼っているメダカやエビは子供が産まれ無事に繁殖しています！



お誕生日
おめでとう
ございます！



7月のお誕生日の方の合同誕生会を行いました。お昼は中華料理を召し上げられ、おやつに誕生日ケーキを準備しました(*^^*)皆さんで歌を歌ったり、とても喜ばれていました。



暑い日に外でかき氷作りを行いました！皆さん一生懸命かき氷を作られ「美味しいね」と沢山食べられている方もいらっしゃいました♪



七夕のお願い事を書いていただきました(*^^*)

【ユニット想】



梅ジュースを作りました❀

向日葵を見に行きました☀

この日は天気も良く、気持ちの良い風も吹いていて散歩日和でした(^~)



野菜を育てています🌱

皆さんで梅ジュースを作りました。ヘタ取りや瓶に詰める作業を手伝って下さいました！完成したジュースを飲まれ、酸っぱい顔をされる方や、ゴクゴク飲まれる方など様々な反応が見られました♪



トマトとピーマンの苗を植えました！天気の良い日は皆さんで水やりを行っています☀

【ユニット花】

行事で七夕飾りを作りました！みなさん、願い事を一生懸命考えて、ペンや筆を使い、思い思いに書いておられました☺❀

筆を握るのは久々やけど…頑張って書いてみようかな！



皆さんでかるた遊びをされ、真剣に取り組られていました☺毎日歌ったり、話をされたりと花ユニットはとても賑やかです❀

ショートステイまりあ

ショートステイでは外出レクリエーションにて

夏の季節を感じて楽しんでいただきたい！

という目的のもとあじさい公園へ行って参りました！
6月下旬ということもあり、見頃を少し過ぎており、
少し残念に思いましたが、色鮮やかに咲くあじさいを
眺められ、皆様「キレイだねえ～☆」と喜ばれており
ました。「まだまだ見ていたい」「また行きたい」とい
う言葉もいただき、ぜひ来年もまた楽しんでいただ
けるようあじさい公園へ行けたらいいなあ。と感じた一
日となりました。雨も降ることなく記念に写真撮影も
できたので、とても良い一日となりました。



住宅型有料ホームまりあ



大きなスイカ
美味しかったで
す！

7月7日は七夕ということで、願い事を書いて飾り
付けを行いました。「よかとができたね」と皆様と
ても喜ばれていました。



6月に誕生日を迎えられまし
た。ご家族からのケーキにと
ても喜ばれておりました。
おめでとうございます☆

サービス付き高齢者向け住宅まりあ



七夕の飾りつけを入居者様と行いました。
短冊には、それぞれの思う願い事を書いて頂き
ました。どんな願い事を書いたのか、皆様興味
深々！楽しい時間を過ごすことができました
(^)

この中に個人的に一番面白かった短冊が混ざっています(笑) 気
になる方はサ高住スタッフまで問い合わせてくださいませ m(_)_m



皆さんと願い事を考え、書いて頂いた短冊の飾りつけを行いました。利用者様や職員で浴衣を着付け、写真を撮りました！！「懐かしいねえ～」「家にも着てないのがいっぱいあるよ」「この柄もよかねえ」等、楽しい話を色々として下さいました。

七夕の日は卓上そうめん流しを行い、皆様真剣にそうめんをすくっておられました(>_<)



デイサービスセンターまりあ

梅雨も明け、これからますます暑い夏がやってきます。少しでも涼を感じてもらおうと折り染めをしたうちわ作りを行いました。皆さんご自分で好きな色を選んで、「どんな模様が出来かなあ」とワクワクしながら、折り染めを開かれ、他の人の模様と自分の模様を比べたりしながらオリジナルのうちわを作成されました。どれも個性のある綺麗なうちわが出来上がりました。



梅を頂きましたので、梅干しを作りました。天候を見ながら3日ほど天日干しを行いました。塩加減も良く、美味しく仕上がりました。

7月28日の土用の丑の日は、皆様のリクエストにて昼食に鰻を炭火で焼いて召し上がっていただきました。皆様、大変喜んで頂き、箸が進んでいました。

ちっちゃなお家みづき



6月7月は作品作りや花植え、野菜植え等室内だけでなく外での活動も行う事ができました。

また、以前より「パンが食べたい」という希望もあり、パンバイキングを開催。メロンパンにコロッケパン等の5種類から選んで召し上がっていただきました。

「あれもいいな、これもいいな」と迷う言葉がちらほら。他にもデザートなどもついており、「もう、お腹いっぱい。美味しかったあ」と嬉しい言葉が聞かれました。



物理療法器具のご紹介

デイサービスまりあにて利用者様の筋力低下を予防し体力維持や痛みの緩和を目的として使用している物理療法器具をご紹介します。



○干渉波治療機

青色と黄色のパッドから異なる周波数の電流を流し、体内で交差（干渉させ患部（痛みが出ている部分）にその周波数の差に相当する低い干渉電流を発生させて、発生した刺激を利用し筋肉を収縮、拡張させてそのポンプ作用により筋肉をほぐし、血流を促進させて痛みを生じさせている物質の除去を図る機械です。



○ホットパック（温熱治療器）

ホットパックとは温かい物質で患部を覆うことによって、その部位の組織を加温して治療に役立てようとする温湿布の総称になります。現在デイサービスまりあで使用している治療器は、温熱治療に心地よいリズムで治療感を向上させた乾式ホットパック装置になっております。



○メドマー（エアマッサージ器）

メドマーとは「効能的な血行の促進」をテーマにしたエアマッサージ機です。血行を良くして疲労回復したい人、筋肉のコリをほぐし疲れを取りたい人、神経痛の緩和をしたい人などに最適です。脚全体をまんべんなくマッサージして健康な体づくりを手助けします。

リハビリテーション

ショートステイでは毎日 11:00 ～ 11:30 に音楽に合わせてリハビリ体操や口腔体操を行っております。音楽のナレーションに合わせて身体の様々な部分を動かした体操になります。

椅子に座った状態で行うことができます。音楽に合わせた体操が終了すると、次に職員のかけ声に合わせた下肢を中心とした体操を行います。最後に、口腔体操を行います。簡単な文章の書かれた用紙をもとにスタッフを中心に復唱し行う口腔体操や【パタカラ体操】と呼ばれるパ・タ・カ・ラと各音を 10 回ずつ発声する体操を行います。これらの体操は定期的に運動をする機会を持ち、これからも元気に健康的に過ごして頂ける事を目的に行っております。また口腔体操は食事をより美味しく召し上がって頂きたいという願いと食事を摂る上で必要とされる食べ物を噛む力や飲み込む力の低下を予防し、安心して召し上がって頂きたい。という目的のもと行っております。



各部会の紹介

今回は、**研修部**についてご紹介致します。

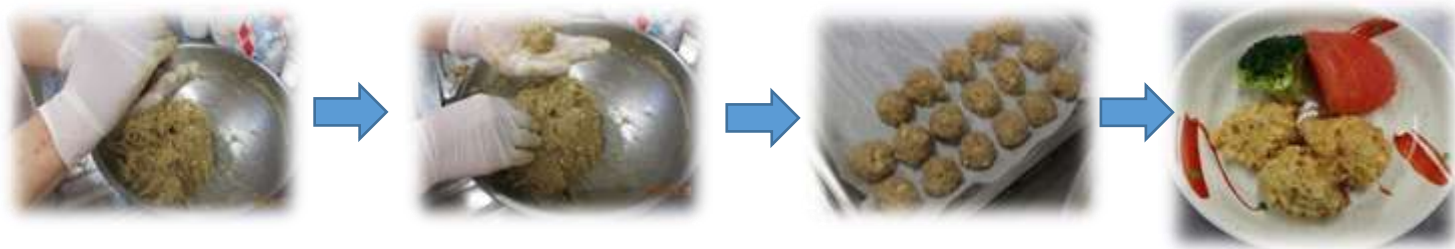
●コロナ禍で全体での研修が難しいため、本年度は事業所ごとに1年間の研修計画を立てて研修を行っております。今回は、栄養管理室の研修と法人内でのキャリアパス研修についてご紹介します。

栄養管理室

【 **ソフト食について** 】 新人職員も含め、改めてソフト食の調理過程の実習を行いました。

ソフト食とは、咀嚼・嚥下機能の低下した方にも適した介護食の形態のひとつになります。見た目がおいしそうに見え、形があるので、スプーンですくったり、箸でつかむのが簡単にできます。舌で押しつぶせる程度のやわらかさに仕上げているので、食べやすい形状となっています。

【完 成】



今回は、鶏肉のミンチを使ったオランダ煮を作成しました。

栄養管理室では、利用者様にも食事を楽しんでいただき、より安全に、よりおいしく召し上がっていただけるよう、今後も研鑽を積んでいきたいと思っております。

【 キャリアパス研修 】

資質向上のための計画を策定し、一年間を通して、管理者・主任・新主任・中堅・新人の研修を、3回～6回に分けてまりあ内で研修を行っています。6月の主任研修では、介護支援ソフトを使って、複数事業所で情報共有できること等の研修を行いました。 ※下記は、主任研修の様子の写真です。



職員の働き方改革について

現在、職員の働き方改革として色々な機材を取り入れています。今回は「インカム」について紹介します。

「インカム」とは、インターカムやインターコミュニケーションの略語です。日本では業界用語として「インカム」という呼称が定着しています。移動している職員への一斉指令が必要な業務で使用される構内電話です。まりあでの目的は、事業所間の連携をとるため、事業所間で緊急時や応援要請をスムーズに行えています。

全事業所の職員が装着しているのではないのですが、各事業所で工夫を行いながら取り入れ、安心して業務を行っております。

「インカム」を導入したことによって、利用者様の情報の共有が、密にできるようになったり、職員を探すことがなくなったことで、その手間が省けてケアの時間に充てることができたりと、効率よく業務を行うことができます。



【お知らせ】

●職員の新型コロナワクチン接種については、高齢者施設等の従事者ということで、7月より複数回に分けて、優先接種を受けました。接種可能な職員については、8月2日にて対象職員のワクチン接種が終了致しました。

●ご面会につきまして

8月4日より、宮崎県独自の警報レベルについて、現在のレベル2「特別警報」からレベル3「感染拡大緊急警報」へ引き上げられました。このことに伴い宮崎県の担当課より『やむを得ない場合を除き面会制限の対応』をして頂きたいとの通知がありました。当法人すべての事業所につきましては、8月7日(土曜日)より8月24日(火曜日)までの期間が面会制限期間となります。

面会制限中はこれまでと同様にビデオ通話を利用したりリモート面会も可能ですので、ご質問など職員へ遠慮なくご相談ください。

●例年 9 月に開催しております『まりあの秋祭り』につきましては、新型コロナウイルス感染拡大防止の為に中止とさせていただきます。

栄養管理室よりレシピ紹介



大葉香るトマトツナそうめん(にんにく風味)

暑い日、食欲がない時でもペロッと完食できちゃう美味しさですよ。仕上げに粗挽き黒こしょうをかけてピリッとアクセント。いつものそうめんに飽きたら是非お試しください。

《材 料》

そうめん 180~200g

トマト 大 1 個

大葉 4~6 枚

粗挽き黒こしょう少々

A めんつゆ(3倍濃縮) 大さじ 3

オリーブオイル 小さじ 4

ツナ缶 1 缶(70g)

おろしにんにく 小さじ 1

《作り方》

① そうめんを茹でる。その間にトマト(よく冷えたもの)を食べやすい大きさに切る。A をボウルに入れてよく混ぜる。

※ツナ缶のオイルも全部入れてください。

② そうめんが茹で上がったならざるに取り、冷水でよくしめて水気をよく切り①のボウルに入れて和える。トマトも加えて軽く混ぜたら器に盛り付ける。

③ 大葉を手でちぎって散らし、粗挽き黒こしょうをかける。

※大葉の爽やかな香りとにんにくの風味が食欲をそそる一品です！調味料もお好みで加減して下さいね



《編集後記》

まりあ通信をご覧になって頂き、ありがとうございます。まりあは働き方改革や福祉用具を新たに取り入れながら、利用者様へのより良いケアの提供が行えるよう今後とも精進して参ります。次回のまりあ通信は10月になりますので楽しみにして下さい。

【 部署名 GH想 : 大磯 】

社会福祉法人まりあ 広報誌 まりあ新聞 Vo l. 3

■発行日:令和3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。