

まりあ新聞

平成30年
11月号

社会福祉法人まりあ 広報誌 平成30年11月10日 発行（毎月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【海】【空】【郷】 | p2 |
| ■グループホーム【夢】【想】【花】 | p3 |
| ■デイサービスセンターまりあ・デイサービスセンター福さんの家・ちっちゃなお家みづき | p4 |
| ■ショートステイまりあ・稲刈りの様子・県南ブロック特養部会ミニバレー大会 | p5 |
| ■ハロウィンイベント・小松原地区ふれあい祭り・介護技術研修 | p6 |
| ■ヴァイオリン演奏会・保健衛生部より・秋祭り収支報告 | p7 |
| ■行事予定・厨房レシピ紹介・編集後記 | p8 |



お誕生日おめで
とうございま
す！ お二人と
も 10 月 20 日
が 誕生日でした。
藏満他見男様
江藤 浩 様



海ユニットでは、日中、レクリエーション
で風船バレーや魚釣ゲーム、キャッチ
ボールをしてご利用様に楽しんでい
ただいています。これからも、皆さんの
笑顔が見られるレクリエーションを取り入
れてまいります。



【ユニット空】



土持ツチミ様が 87 歳のお誕生日
を迎えられました。
おめでとうございます！これから
も長生きしてください。



土持様の誕生会も兼ね
て、ユニットでたこ焼き作
りをしました！利用者様も
スタッフの手伝いをして下
さいました。「おいし
い！！」と皆様たくさん食
べられていました。

【ユニット郷】

10 月に入り肌寒くなってきましたね。
今月はなんと 103 歳の誕生会をしました！焼き芋
をしたりイワシや鯛(めでたい)を七輪で焼いてみ
んなで美味しく頂きました！！
過ごしやすい気温になって昼寝の気持ちいい
日々になり皆さんスヤスヤ眠っておられます。

私は墓参りに行
きましたよ～

自分で飲めました！

美味しかったです！





食欲の秋という事で、
外で秋刀魚を焼いて食
べました。「おいしそうだ
な」「良い匂い」と他の部
署からも見に来られてい
ました☆皆さんに大好
評でした。

10月はお二人が誕生日を迎えられました。
御家族と一緒に祝いをお祝いをされたり、ユニット
で皆さんとケーキを作ってお祝いしたりと賑
やかな誕生日会でした。いつまでもお元氣
でいて下さいね☆

今年で105歳 ☆☆
とってもお元氣です。



【ユニット想】



旬な果物を
色塗りして完
成させるぞ
～！



新しく入られた宮田
様です！
これから宜しくお願い
します！！



八木様は2年ぶりにご
自宅に帰られ、周囲を
眺められ、昔の事を思
い出されたのではな
いでしょうか♪

【ユニット花】

毎週木曜日のまりあ喫茶に参加しました♪
甘～いデザートや飲み物を美味しくいただきま
した。



誰が作ったの？
美味しいよ♡

日中のご様子です♪



音楽を聴いて
眠くなりました。
。。。



柿が甘くて柔らかいわね～



スイーツバイキング



10月25日にスイーツバイキングを行いました。メニューはパンケーキ、がね、リッツ、オレオの4種類でした。皆様、材料切りや、「がね」を揚げたり、パンケーキを焼くのを手伝ってくださり、「久しぶりにした!楽しかったあ」「もうちょっと広げて揚げないと火が通らんよ」等の声が聞かれ活き活きとした利用者様の姿が多く見られました。特に「がね」が一番人気で「よく揚っていたよ」「おいしかった!」との声が多く聞かれまた第2弾を計画したいと思いました。

デイサービスセンター 福さんの家



←庭に少しなった柿です☆鳥に食べられちゃいましたが、全部なくなる前に残りを取りました!甘く美味しい柿でした☆



畑で取れた落花生! ちょっと味見をしながら、殻を剥きました★



↓収穫祭! 畑で取れた野菜を使い、がね、豚汁を作り、天気も良かったので、外に出て食事しました☆



↑こんにやく作りをしました! 手作りのこんにやくはとても美味しくできました。♪

→特養バレー大会の応援に行きました! 優勝は逃したようですが、楽しく応援できました☆



ちっちゃなお家みづき



93 歳



92 歳



クレープを作って食べました!! 皆さんお好みの果物を巻いて召し上がりました(^o^)



86 歳

お誕生日のお祝い

おめでとう
ございます☆



昼食前の体操でお手玉を使った体操をしました! 投げてキャッチしたり、落とさないように皆さん真剣な表情で取り組まれていました! (^o^)



花は♪
霧島〜♪



庭の楓が少しずつ紅葉し、寒い朝にはきれいに霧島山が見えるショートステイです。
利用者様の三線演奏に合わせて、おはら節の歌と踊りで笑顔いっぱいです。ハロウィンの工作も皆様真剣に取り組まれ、「オバケは怖いね♪」とお話しながらも、ステキな壁飾りができました。



稲刈り

6月に植えた苗もすくすく育ち、いよいよ収穫の時期となりました。利用者様に鎌を持って交代で刈っていただきました。実りの秋の1日を楽しんでいただけたと思います。



県南ブロック特養施設ミニバレーボール大会



バレーは
常に前を向く
スポーツだ！

チャンスは
準備された心に
降り立つ！

10月19日、都城市早水体育文化センターにて第30回特養施設対抗ミニバレー大会が開催されました。前回は惜しくも5位という結果でしたが、今回はなんと！準優勝！という素晴らしい結果が得られました！

試合中怪我をおった職員もいましたが、良い結果が得られよかったです！

♪ 10月27日 ハロウィンイベント

10月に地域の子供とハロウィンを開催しました。
可愛らしい仮装した子供達が
沢山来てくださいました！



♪ 10月27日・28日 小松原地区ふれあい祭り

小松原地区ふれあい祭りに参加しました。
展示では日頃、利用者様が一生懸命作成された作品をお借りして、たくさんの展示をさせていただきました！28日の祭りは防災食の炊き出しのお手伝い、催し物では健康体操を皆様の前でさせていただきました。
当日は天気も良く地域の方々も多く参加され楽しませていました！



～ 介護技術研修 ～

9月25日・28日、研修部主催の介護技術研修を実施致しました。介護技術に関して、今村事務長による講義と演習を受けました。

ボディメカニクスを利用して利用者様、介護職員共に無理なく安心して介助させていただく大切さを改めて学ぶ事ができました。スライディングボードの活用法など福祉用具を実際に使用してみると簡単に移乗介助を行なう事ができ、お互いに負担の少ない方法で介助させていただくことで、より利用者様に安心した生活を提供出来るのではないかと感じました。

基本の介助技術を大切に1人ひとりに合った介護を提供していきたいです。



山内達哉さん ヴァイオリン演奏会♪

10月31日、デイサービスセンターまりあにおいて、都城市出身のヴァイオリン奏者の山内達哉様をはじめギター奏者の柳田様、パーカッション奏者の谷口様が訪問コンサートに来て下さいました。

ギターとパーカッションの伴奏で「青い山脈」「花は咲く」「川の流れるように」「愛燦々」など懐かしの歌やご自身制作の曲など、素晴らしい演奏を聴かせていただきました。途中に楽器紹介があり、色々な楽器の音色を聴いたり、曲に合わせて会場のご利用者様と一緒に歌を歌いました。

とても素敵な時間となりました。



保健衛生部より ～インフルエンザと予防接種～

インフルエンザの症状

典型的なインフルエンザの症状は、突然の高熱、頭痛、関節痛、筋肉痛などで、喉の痛み、咳、鼻水などもみられます。普通の風邪に比べて全身症状が強いのが特徴です。また、インフルエンザは気管支炎や肺炎などを合併し重症化しやすいことも特徴です。

予防接種の効果

インフルエンザの予防接種は、発病防止や重症化防止に有効であることが確認されています。予防接種を受けてから抵抗力がつくまでに2週間程度かかり、その効果が持続する期間は約5か月とされています。

ご協力をお願い

冬期間を皆さまが健康に過ごせるためにも、主治医と相談の上、インフルエンザ予防接種を受けて頂きますようお願いしております。また、11月より受付や事務所にてご家族やご面会の方に手指消毒をして頂き、体調不良や風邪症状がみられる方はご面会をご遠慮下さいますようご理解とご協力をお願い致します。



平成30年度秋祭り収支報告



収入の部	単位(円)	支出の部	単位(円)
出店売上	381,200	出店及び抽選会	306,731
寄付	176,000	設営・駐車場	252,077
		余興・花火関係	533,366
		ボランティアその他	59,854
合計	557,200	合計	1,152,028

※花火打ち上げはまりあの予算で組んでおります。

収入の部 557,200円 - 支出の部 1,152,028円 = **-594,828円**

11月の行事予定

1	木	喫茶・健康麻雀	12	月	陶芸教室	23	金	木工・音楽療法
2	金	木工・音楽療法	13	火	木工	24	土	健康麻雀
3	土	健康麻雀	14	水	太極拳	25	日	
4	日		15	木	喫茶・健康麻雀	26	月	陶芸教室
5	月	陶芸教室	16	金	木工・音楽療法	27	火	木工
6	火	木工	17	土	健康麻雀	28	水	太極拳
7	水	太極拳	18	日		29	木	喫茶・健康麻雀
8	木	喫茶・健康麻雀	19	月	陶芸教室	30	金	木工・音楽療法
9	金	木工・音楽療法	20	火	木工			
10	土	健康麻雀	21	水	太極拳			
11	日		22	木	喫茶・健康麻雀			

厨房よりレシピ紹介 ☆白菜とさば缶の煮物☆

〈材 料 2人分〉

- ・白菜 1/6コ(約330g)
- ・さばの缶詰(水煮) 1缶
- ・えのきだけ 1パック(100g)
- 【煮汁】
- ・水 カップ 1+1/2
- ・しょうゆ 大さじ 1
- ・酒大さじ 1
- ・塩 小さじ 1/2
- ・しょうが(せん切り) 少々
- ・黒こしょう(粗びき) 少々

〈作 り 方〉

- ① 白菜の葉と軸は大きめのザク切りに、芯は薄切りにする。えのきだけは堅い根元を切り落とし、半分の長さに切ってほぐす。さばは缶汁ごとボウルにあげ、ほぐしておく。
- ② 鍋に【煮汁】の材料とさば、さばの缶汁、えのきだけを入れて中火にかける。白菜の芯と軸を入れ、葉をのせてふたをする。煮立ったら弱火にし、15分間ほど煮る。
- ③ 器に盛って、黒こしょう少々をふり、しょうがをのせる



経済的なさばの缶詰を使うと、さらにおいしく、うまみたっぷりで、だしいらずな煮物になりますよ！♪
軟らかく煮て高齢者の皆さんも食べやすく。さらに、栄養たっぷりの煮汁も一緒に食べて、冬に向けて免疫力UP！

《編集後記》

本格的な秋の訪れを感じるこの頃、皆さまにおかれましては如何お過ごしでしょうか。

今月号でも秋を感じるイベント、稲刈り、さんまを焼いたり収穫された穀物を使用し各事業所で行われた様々なイベントを紹介させて戴いております。インフルエンザ予防や接種についても記載してありますので参考にして下さい。

これからも変わらぬ「まりあ」運営に御協力宜しくお願い致します。

(デイサービスセンターまりあ 立野)

★特別養護老人ホームまりあ

★住宅型有料ホームまりあ

TEL (0986) 46-2727 FAX (0986) 46-1417

★デイサービスセンターまりあ

★グループホームまりあ

TEL (0986) 46-9030 FAX (0986) 46-9392

★ショートステイまりあ

★サービス付き高齢者向け住宅まりあ

TEL (0986) 46-2727 FAX (0986) 46-2787

★まりあ介護支援センター

TEL (0986) 24-6337 FAX (0986) 46-9392

★小規模多機能型居宅介護ちっちゃなお家みづき

TEL (0986) 46-3550 FAX (0986) 46-3552

★デイサービスセンター福さんの家

TEL(0986) 36-4129 FAX (0986) 36-4139

★訪問介護ステーションまりあ

TEL (0986) 46-2601 FAX (0986) 46-2787

社会福祉法人まりあ 広報誌 まりあ新聞 11月号

■発行日：平成30年11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

■発行責任者：施設長 江口 智美

■電話：46-2727

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



<http://www.maria-f.jp/>