

(平成 14 年より発行)

令和8年2月10日 発行（2か月1回10日発行）



| | |
|--|-----|
| ■特別養護老人ホームまりあ【海】【空】【郷】 | 1 p |
| ■グループホームまりあ【夢】【想】【花】 | 2 p |
| ■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・ デイサービスセンター福さんの家 | 3 p |
| ■デイサービスセンターまりあ・ちっちゃなお家みづき・まりあ門松・赤い羽根共同募金の報告 | 4 p |
| ■小松原スポーツ大会・祝♪成人 | 5 p |
| ■福利厚生：連続休暇の報告・新人研修・キッズワークショップ | 6 p |
| ■介護の豆知識・栄養管理室より | 7 p |



海ユニットの皆様は元気に新年を迎えられました。
元旦のお昼は皆さんでおせちを頂きました。また、玄関には門松が飾ってあり、記念に写真撮影をしました。
今年も色々な企画や行事を考え、皆さんに楽しんで頂けるように努めて参ります。



【ユニット空】



空の皆様は元気に新たな年を迎えられました。元旦にはお節を召し上がられ、門松をご覧になり新たな年の始まりを感じて頂けたのではないのでしょうか。本年も、穏やかに時には行事などで楽しく過ごして頂けるよう支援して参ります。どうぞよろしくお願い致します！



【ユニット郷】



本年も、利用者様が穏やかに笑顔で過ごして頂けるよう、職員一同心を込めて支援してまいります。どうぞよろしくお願い致します。
去年の12月にクリスマスパーティーを開催しました。寒い季節にぴったりのお鍋と食後のクリスマスケーキを用意し、皆様で楽しい時間を過ごしました。
1月は誕生会を開催し、森様、大野様、久松様、荒木様の4名を利用者様と職員で心を込めてお祝いし、職員手作りのパンケーキをご用意しました。「ありがとう」「いい匂い」「美味しい」と笑顔あふれる場面もみられました。

グループホームまりあ 【ユニット夢】



夢ユニットはお正月には皆様でおせち料理を頂きました。普段とは少し違う特別な食事に、笑顔が多く見られ、和やかな時間を過ごされていました。また、体操の時間には声を出しながら楽しく体を動かし、いきいきとした表情が印象的でした。今後も季節を感じられる行事や、無理のない運動を取り入れていきます。

【ユニット想】



想ユニットでは新年より、利用者様方がおやつ作りをしたり、洗濯物を干したり、一緒に体を動かしたりと共同で取り組んでおられます。皆様と一緒に食べるパンケーキはとても美味しかったと喜ばれておられました。



【ユニット花】



厳しい寒さが続く中、1月19日は比較的に暖かい気候になり利用者様皆様と日光浴を行いました。ぜんざいを提供すると、外で食べるぜんざいは格別に美味しかったと大好評でした。

花ユニットでは、元日にテレビからではありましたが、初日の出を見られ新たな1年を迎えました。本年もどうぞよろしくお願い致します。



ショートステイまりあ



昨年ショートステイをご利用いただいた皆様、誠にありがとうございました。皆様に安心してご利用いただけるよう頑張りますので、本年もよろしくお願い致します。

さて、今年は午年という事で、馬にちなんだ制作活動を行いました。細かい作業になりましたが、手や指の運動も兼ね熱心にそして楽しみながら活動に取り組まれておられました。

また、謎の馬の人がショートステイに現れ、利用者様と交流されていました。利用者様は馬の人に怯える事は無く、表情良く楽しそうに話をされておりました。話のウマがあったようですね(馬だけに)。

サービス付き高齢者向け住宅まりあ



サ高住では、お部屋に押し花を飾っている利用者様がいらっしゃいました。お話を伺うと、ご自宅でも作成されていたと話され、職員にも教えて下さいました。今年の干支の馬と押し花をアレンジしてみました。また、壁面には節分の飾りを作成しました。



デイサービスセンター福さんの家

新年明けてから福笑いや書初め・手作り神社でお参りをされました。皆様、丁寧にお参りをされた後、おみくじ引かれ喜ばれていました。今年も福さんの家では笑顔であふれ、利用者様・ご家族が安心できる支援を職員一同で、提供させて頂きます。今年度もどうぞ宜しくお願い致します。



デイサービスセンターまりあ

新しい年を迎えたという事で、遅くなりましたが新年会を開催しました。職員がリフティング・けん玉・二人羽織を披露しました。リフティング・けん玉は見事に成功！

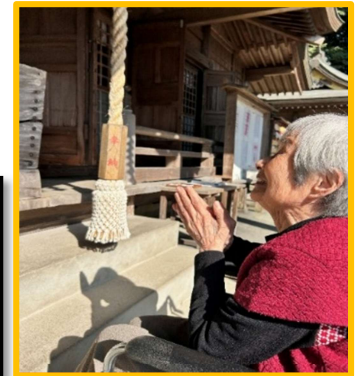
二人羽織では、まずお正月らしく華やかにお化粧をして、次にシュークリームを美味しく頂きました。利用者様から、「楽しかった」「笑えた」との声があがり、職員、利用者様共に笑顔あふれるイベントとなりました。今年も笑顔いっぱいのデイサービスになるよう職員一同努めて参ります。



ちっちゃなお家みづき

お正月は、お節料理を皆様で楽しみ、利用者様と一緒に書き初めをしました。皆様、お節料理を夢中になりながら美味しそうに食べられていたり、今年の目標を、悩みに悩みながら真剣に書かれたり、大好きな言葉を皆様それぞれ書かれていました。

また、神柱神社に初詣に行きました。皆様思い思いの願いをされていました。今年1年、皆様にたくさんの幸福が訪れますように職員一同頑張ってお参ります。



まりあ門松

今年のお正月もまりあの各玄関前には門松が飾られました。

この門松は毎年まりあの職員がしております。普段、施設管理や営繕の作業に入っている2名の職員が作成しており、一番大変な点を聞いてみたところ、「メインの竹を調達すること」だそうです。製作回数を重ねるごとに工夫が広がっていきますので、年末年始にお越しの際は是非ご覧ください。



赤い羽根共同募金の報告

昨年末も赤い羽根共同募金に、職員を含む皆様より温かいご協力得ることができ、集まった募金を宮崎県共同募金会都城市共同募金委員会へ寄付いたしました。

【募金額】 15,097 円

以上、ご報告させていただきます。
ご協力ありがとうございました。



小松原スポーツ大会

1月28日(水)小松原地区社会福祉協議会主催の小松原スポーツ大会に参加させていただきました。参加者は20名。まりあからは職員が3名参加させていただきました。



【スカットボール】

ボールを打って点数の書いてある穴に入れるゲーム

【ニチレクボール】

赤と青に分れ黄色にボールめがけてどっちが近く投げれるか競うゲームの2種類しました。とても楽しく皆さんと交流できて良かったです。



祝♪成人

今年まりあで二十歳を迎えられた4名の職員をご紹介します。4名のうち3名は入社2年が経とうとしています。心強く頼れる職員へ成長中です。

GH 想 村田 虹音



入社して2年経とうとしていますが、近くで成長を見守ってくださった職員や利用者様には感謝の気持ちでいっぱいです。利用者様の笑顔に救われている日々です。今後ともご指導ご鞭撻のほど、よろしくお願い申し上げます。

ショートステイまりあ
豊福 美咲



日頃からご指導ご支援いただいている職員や、利用者様のおかげです。大人としての自覚を持ち、より一層仕事に励んでまいりますので今後ともご指導ご鞭撻のほど、宜しくお願い致します。

GH 夢 ニッサ



20 歳になり、日本での生活も仕事も、思いきり楽しみたいです。失敗を恐れず、たくさん挑戦して、自分らしい20代を作っていきたいです。

デイまりあ 松山 優也



働き始めてから約2年があっという間に過ぎていきました。利用者様とたくさん話をしながら頑張りました。今後ともご指導ご鞭撻のほど、よろしくお願い致します。

※ 今年唯一の着物姿は、特定技能実習生のニッサさん。まりあ職員による着付けで、日本文化を満喫することができました。

福利厚生：連続休暇の報告

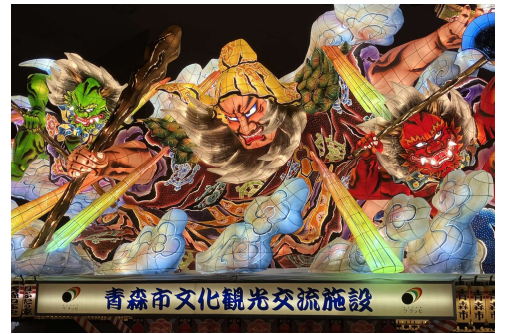
まりあでは、職員の福利厚生として連続休暇制度を導入しています。
今回は旅行へ行った職員の感想を聞いてみました。



息子の夢を叶える為、エジプトツアーへ息子と2人初めての旅行に参加しました。長時間のフライトも気にならず、天気にも恵まれ、体調もこわす事なく、楽しい時間を過ごす事が出来ました。ピラミッドを目の前にすると、とても感動的で圧巻でした。



韓国旅行に友人と行きました。寒さの厳しい韓国で食べる韓国料理はどれも美味しくて最高でした。初海外、ドキドキでしたがお買い物も食べ歩きもたくさんできて幸せでした。



青森市のワラッセの「ねぶた」、弘前市の津軽藩ねぶた村の「ねぶた」を見学しました。「ねぶた」は立体的で、「ねぷた」は扇形。今回見られなかった五所川原の立俵武多は 20m以上もあるそうです。本物のねぶたは、とても迫力があり美しさに圧倒されました。

新人研修

今年度、第6回の新人研修を12月16日に行いました。

前回の【排泄ケアに関するフィードバック】や【身体拘束について】【緊急時の対応について】【食事形態・食事介助方法（試食）】を職員の指導のもと研修しました。また、【「CS ってなあに？」顧客満足度について】も宮崎太陽銀行より柏木様を講師に招き、研修を受けました。

《右の写真について》

実際に食事の形態（ミキサー・刻み）を確認し、職員同士で食事介助を行い試食しました。飲み物では、トロミをつけて試飲し、新人職員からは、「利用者様に合わせたトロミの分量や介助が難しい」、「刻み食は食べやすい」や「カレーライスのみキサー食は意外と美味しかった」などの声が聞かれました。

これからも利用者様に寄り添う介護を行っていきます。



キッズワークショップ

令和8年1月25日（日）東小学校で「第6回東っ子キッズワークショップ」にデイサービスセンター福さんの家の職員2名で参加させて頂きました。

このキッズワークショップの目的は、6年前より児童のキャリア教育を目的に、東小学校のPTA 役員の方がされています。

今回も都城圏域を中心に21社の企業が、実演・実技を含め講義をされていました。

まりあとして、介護職の仕事を知ってもらい、脳のトレーニング（頭・指・早口言葉・リズム体操）を行い、児童と楽しい時間を一緒に過ごす事が出来ました。



乾燥する季節になりました。皆様は保湿剤の基本的な塗り方をご存じでしょうか？今回は保湿剤の基本的な塗り方と乾燥の予防の仕方をご紹介します。

保湿剤の基本的な塗り方 3つ

【その1】

塗る人の手や塗るところを清潔にしてから保湿剤を塗ります。

【その2】

保湿剤を点在させます。

【その3】

手の平を使って優しく丁寧に、できるだけ広い範囲に塗ります。



体のしわに沿って塗ると、皮膚に広がりやすくなります。

その他、テカテカするくらいティッシュがくっつくくらいというように塗る量の表現をする事もあります。また、夏場はさらっとしたローションや泡状スプレー、冬場はしっかり保湿力も備えた軟膏、クリームといったように季節によって使い分けるのを好む人もいます。皮膚の乾燥が強い場合は⇒ローションタイプの保湿剤を塗布した後に、油分の多いクリーム等でコーティングする保湿方法もあります。しっかり保湿して、乾燥するこの季節を乗り切りましょう。

栄養管理室より



新年の始まりを笑顔で迎えて欲しいと思い、栄養管理室の職員全員で心を込めておせちを作りました。約2か月の構想を経て作り上げたおせちは好評頂いて職員も笑顔になりました。

お刺身や七草粥とお正月のメニューが続き、鏡開きのぜんざいまで行事メニューが多かった様に思いますが、体に優しい味になっていますので食べて元気で過ごして欲しいと願います。



《編集後記》

新しい年を迎えてもうひと月が過ぎ寒さの続く2月となりました。日々の生活の中で見られる利用者様の笑顔に、職員もあたたかい気持ちをいただいています。体調を崩しやすい時期ではありますが体調管理に気を配りながら安心して過ごしていただこう努めてまいります。ご家族の皆様もお体に気を付けてお過ごしください。

【 特別養護老人ホームまりあ:空 】

社会福祉法人まりあ 広報誌 まりあ新聞 Vol.253



■発行日：令和8年2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

* 上記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。