

まりあ通信

令和 8 年

VOI.256

(平成 14 年より発行)

社会福祉法人まりあ 広報誌

令和 8 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福さんの家 】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・デイサービスセンター福さんの家	3p
■デイサービスセンターまりあ・ちっちゃなお家みづき・職場交換実習	4p
■施設介護実習の受け入れ・大根田まつり	5p
■生活相談員意見交換会・エスケープ対応訓練・小さな縁日・いっせいらジオ体操	6p
■介護の豆知識・栄養管理室より	7p

特別養護老人ホームまりあ【ユニット海】



施設の農園で大切に育てた旬の野菜を収穫し、採れたての野菜で天ぷらを作りました。サクサクに揚がった天ぷらは「おいしいね！」と大好評でした。また夏ならではのそうめん流しも行い、流れてくるそうめんを上手にすくいながら笑顔あふれるひと時を過ごしました。

旬の味覚と夏の風物詩を楽しみ、季節を感じられる行事となりました。



【ユニット空】



6月は美しく咲く濃い紫の紫陽花を鑑賞し、その色をイメージした手作りスイーツを堪能いたしました。「冷たくて美味しいね」と喜ぶ声も聞かれ、五感で初夏を味わいました。続く7月は、皆様が願いを込めた短冊を飾り、七夕の笹飾りが完成。夏の訪れとともに、心地よい季節の移り変わりを感じていただいています。



【ユニット郷】



七夕に合わせて、利用者様に願い事を短冊に書いて頂きました。それぞれの思いが込められた短冊が笹を彩り、季節を感じられる素敵な七夕飾りとなりました。7月の行事食としてそうめんや、がね、七夕ゼリーをご提供しました。夏らしい彩り豊かな献立に皆様笑顔で召し上がる姿が見られました。七夕の雰囲気や季節の味覚を楽しみながら、利用者様に夏の訪れを感じて頂けるひとときとなりました。





7月に七夕の短冊へお願い事を書いて頂きました。

ご自身でペンを握り、一生懸命に書いて下さいました。飾り作りの際にはのりを使って丁寧に組み立て下さいました。その他にも余暇時間に手作りのカレンダー用のパネル作りも行いました。「色の配置が難しいね」と言われながらも丁寧に並べて下さり見やすい物になりました。



【ユニット想】

都道府県のかると遊びをされたり、ソファなどで談笑をされたりと穏やかな日々を過ごされています。室内は冷房が効いているため、散歩にお連れすると暑さに驚かれますが「外の空気を吸うのはやっぱり良いね～」と喜んでくださいました。



大根田祭りに参加され、厳しい暑さの中でも楽しまれていました！

【ユニット花】

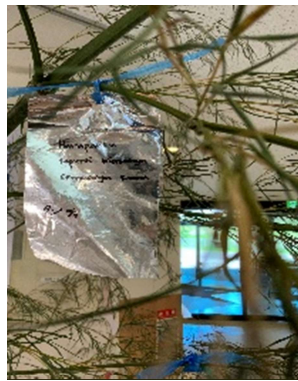


大根田まつりに参加されました。



7月7日の七夕に向けて利用者様に短冊へお願い事を書いていただきました。季節の雰囲気を楽しみ、「健康で過ごせますように」など、それぞれの願いを込められていました。笑顔あふれる、穏やかなひと時になりました。

ショートステイまりあ

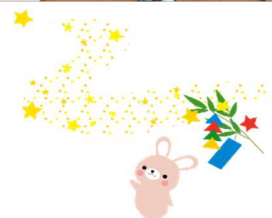


7/7七夕飾りを作りました(^ ^)

みなさんの切実な願いを一生懸命書かれ短冊に結ばれていました！！

特定技能のお二人も七夕への願いをしました☆

皆さんの願いが届きますように…☆



住宅型有料ホームまりあ



ホールにて、利用者様一つのテーブルに集まり、昔遊んでいた「手遊び」や職員による「絵本の読み聞かせ」が開催されました。

昔遊んでいた手遊びをしながら「こげな感じやったっけ。」「忘れっしもたがね。」など、一生懸命遊ぶ姿が見られています。絵本の読み聞かせでは、皆様真剣に職員の声に耳を傾けながら夢中に絵を見ていました。最後は「ありがとう。」「とてもおもしろかった。」など、嬉しいお言葉をいただき職員も笑顔で溢れていました。

小さなイベントですが、今後も定期的に利用者様を笑顔にさせていただきます。

デイサービスセンター福さんの家

先日小さな縁日をしました。浴衣を何着か用意し利用者様に選んで頂きました。着付け終わると、「着させてもらって嬉しい」と嬉しそうに話されていました。その後、金魚すくい・的当てを上手にされており終始笑顔が絶えませんでした。

汗をかいた後に、かき氷を出すと「美味しい」と完食されていました。

梅雨明けで、猛暑日が続きますが、暑さに負けずに過ごしてまいります。



デイサービスセンターまりあ

☆デイまりあミニ夏祭り☆



まりあ農園でたくさんの陽を浴び、利用者様の元気のエネルギーが入った「元気水」を吸収して、グングン立派に成長した夏野菜が出来上がりました🍆🍌その夏野菜を使用し、ご利用者の皆様と漬物作りを行いました。塩加減もよく美味しい！と好評でした🌟

今回スタッフから頂いた梅で梅シロップも作成しました🌟

🌟デイまりあミニ夏祭り開催🌟

射的などたくさんのゲームをスタッフが準備し、皆様とても盛り上がりおられました。最後はかき氷やスイカで、ほてった体をキンキンに冷やしました!!

ちっちゃなお家みづき



みづき農園で収穫した野菜を使って調理をしました。慣れた手付きで美味しい浅漬けを作って頂きました！いつも頼りにしています！



大根田地区の六月灯にみづきの利用者様と一緒に参加しました！祭りならではの屋台料理に舌鼓を打ち、地域の方との交流も楽しんだ、暑くて熱い夜でした！



利用者様のご家族よりスイカの差し入れを頂きました。おやつに皆で頂きました。とても瑞々しくて美味しいスイカで、夏本番を感じる事ができました！



職場交換実習

今年も新人職員を対象とした「職場交換実習」を実施しました。

この実習は、他事業所での体験や利用者様・職員との交流を通して、新しい環境に一日も早く慣れてもらうことを目的としています。新人職員の皆さんは、最初は緊張した面持ちでしたが、どの職場でも真剣に、そして一生懸命に実習に取り組んでいました。

これからの活躍がとても楽しみです！



～ 職場交換実習の様子 ～



施設介護実習の受け入れ

5月～7月にかけて、都城コアカレッジ・日章学園高等学校・きりしま支援学校・都城高校・都城農業高校の学生11名が介護実習・職場体験に来られました。実習生にとっては実際に介護の現場を体験する貴重な機会となっています。また、受け入れる側の職員も新たな気づきがあり、利用者様も楽しみにされている方がたくさんおられます。

【実習生の感想】

色々とお教えていただきありがとうございました。実習で学んだ事を活かして学校で頑張ります。

利用者ひとりひとりにあった介助方法を学ぶことができました。実習で学んだ事を忘れず、安全に一人ひとりに寄り添った介護を提供できるよう努力したいです。



大根田まつり



大根田まつり開催🌟

今年も大盛況に行われました大根田まつりに、まりあスタッフもボランティアで参加させて頂きました。

地域の皆様と触れ合える機会が持てる、この大根田のまつりは、まりあ法人として、とても貴重な時間を過ごさせて頂きました。

職員と一緒に利用者様も参加させて頂き楽しいひと時を過ごされていました。



生活相談員意見交換会

6月12日、法人内の10の事業所から20名の相談業務に携わる職員が集まり、初めての意見交換会及び生成AI活用の研修会を開催しました。最初は緊張感もありましたが、お互いの悩みや工夫を話し合ううちに、笑顔や笑い声があふれる温かい雰囲気になり、職員間の連携やモチベーションを高める実りのある機会となりました。NotebookLMなど生成AI活用への関心も高く、研修後には「事務作業をパッと効率よく行い、もっと利用者様と向き合う時間を作りたい！」とみんなで思いを一つにしました。

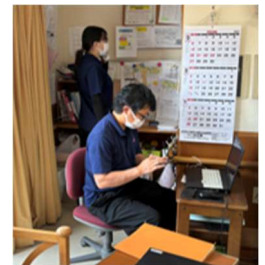
今後は、情報の伝え方や手順を整えて、もっと気軽に相談、協力し合えるチームを目指します。今回の学びを日々のケアに活かし、一人ひとりに心から寄り添うことで、地域みなさまに「まりあがあって良かった」と安心して頼っていただける存在を目指していきます。



エスケープ対応訓練

令和8年7月27日

夢ユニットにて日曜日想定でエスケープ訓練を行いました。介護施設においてはスタッフが気づかないうちにご利用者が見当たらなくなった事を指します。今回はエスケープ時のフローチャートやマニュアルを確認しながら一つずつ行っていました。暑い事もあり、より迅速な発見が求められ中での訓練で次どう対応するか戸惑う場面もありましたがスタッフ間でお互い声を出し合いながら行えたと思います。今回の訓練で出た課題を全体で共有し実際のエスケープ時の対応に役立てて参りたいと思います。



サービス付き高齢者向け住宅 小さな縁日

令和8年6月25日（木）

デイサービスセンター福さんの家にて、小さな縁日を行いました。サービス付き高齢者向け住宅より、4名の方が参加され、ゲームやポテト、かき氷やプロジェクターで、踊りや太鼓花火等観ながら、皆様楽しい時間を過ごされました。



一斉ラジオ体操

令和8年8月1日（土）

祝吉いっせいラジオ体操に参加しました。早水公園と川東小学校の2か所で行い、川東小学校は約40名集まり、涼しく天気の良い環境で気持ち良く皆様と体操を行いました。



虫歯や歯周病を予防し、食事や会話を快適に行うために必要です。また、口腔の健康は全身の健康にも影響を与えます。特に高齢者においては、誤嚥性肺炎や認知症のリスクを低減することが示されています。利用者様の口腔ケアで気になるのは…舌苔がなかなか取り切れない事もあるということです。そこで！今回は力を入れずに簡単に舌苔を取る方法をお伝えします！

使うものは…**食用重曹タンサン**です。

弱アルカリ性で舌苔を柔らかくし、口内の酸を中和して細菌の活動を抑える効果が期待できます。

重曹水を使った口腔ケア方法

コップ一杯(200ml～250ml)の水に食用重曹約 0.5g～0.6g(小さじ 1/4 程度)を溶かし、重曹水の完成です。

嚥下に問題のない方の口腔ケア方法…口に含んで軽くうがいをする。

又は、口腔ケアスポンジ・舌ブラシ等に浸し、舌を軽く擦ることで舌苔をきれいに取り除くことができます。

嚥下が難しく介助を要する方の口腔ケア方法…重曹水にトロミ粉(水分にトロミをつけ誤嚥をしないようにする粉)を混ぜトロミを付けた状態の重曹水に口腔ケアスポンジ・舌ブラシ等を浸し、舌を軽く擦ります。

※食用重曹の粉を直接舌に擦りつけるのは刺激が強く舌を傷付ける為避けて下さい！

栄養管理室より【茄子とズッキーニのトマトチーズ焼き】



(1 人分)

茄子 1/2 本
ズッキーニ 1/2 本
マッシュルーム 大きめ 2 個
トマト 小さめ 2 個
ピザチーズ 適量
パセリ 適量
トマトソース(業務スーパー) 200g
オリーブオイル 適量
塩 適量
ブラックペッパー 適量
お好みのパスタ

【手順】

- 1 野菜は同じ幅(8mm位)に切る
- 2 スキレットやグラタン皿等耐熱皿にトマトソースを入れる
- 3 カットした野菜を並べ、全体にオリーブオイル、軽く塩、ブラックペッパーをふる
- 4 ピザチーズをのせ、オーブントースターで 10 分焼く
- 5 お好みとパスタと一緒に召し上がれ♪



ズッキーニはかぼちゃの仲間で、低カロリー・低糖質ながら栄養価の高い夏野菜です。

カリウム、ビタミン C、βカロテン、食物繊維が豊富で、むくみ予防・美肌効果・便秘改善・夏バテ対策など多くの健康効果が期待できます。

栄養を効率用撮るには、油と一緒に調理してβカロテンの吸収率を高めること、皮ごと食べることがポイントです。



《編集後記》

日ごとに蝉の声が賑やかに響き、夏本番の厳しい暑が続いています。今号は涼を誘う夏の催しをお届けしました。色とりどりの願いを込めた七夕飾りや、利用者様の涼しげな浴衣姿にその場もぱっと華やかに、職員も笑顔がこぼれました。厳しい暑さを上手にあしらいながら、楽しく穏やかな時間を重ねています。こまめな水分補給で、笑顔あふれる夏にしていきましょう♪

【 まりあ介護支援センター:伊藤 】

社会福祉法人まりあ 広報誌 まりあ新聞 Vo l . 256



■発行日：令和 8 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

* 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。