

まりあ通信

令和 8 年

VOI.257

(平成 14 年より発行)

社会福祉法人まりあ 広報誌

令和 8 年 10 月 10 日 発行 (2 か月 1 回 10 日発行)



表紙【 特別養護老人ホームまりあ 】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・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まりあ	3p
■ちっちゃなお家みづき・デイサービスセンター福さんの家・お知らせ	4p
■令和8年度 敬老会	5p
■買い物支援・スマイルカフェ祝吉・小松原中学校職場体験学習	
・救急法研修・彼岸法要・介護現場における日本語研修	6p
■介護の豆知識・栄養管理室より	7p



暑い夏を乗り越えるため、3 ユニット合同でかき氷会を開催しました！色とりどりのシロップから好きな味を選んで頂き、ひんやり冷たいかき氷を楽しみました。「美味しいね」と笑顔が沢山見られ、中にはおかわりをされる利用者様もいらっしゃいました。



【ユニット空】



8 月に職員と利用者様で植えた家庭菜園のきゅうりとオクラが、ついに初収穫を迎えました！

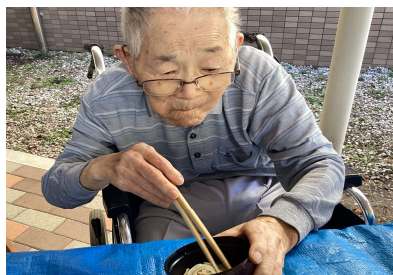
9 月は雨続きで日照時間が少ない中、青々とした立派な野菜が育ち、「まあ、立派だねえ」と、採れたての夏野菜を手に笑顔あふれる嬉しい収穫祭となりました。



【ユニット郷】

夏の暑さが続く中、涼しさを感じていただこうと、かき氷会を開催しました。色とりどりのシロップをかけた、かき氷を召し上がり、冷たいかき氷に笑顔を見せられる方もいらっしゃいました。皆様それぞれに夏ならではの味覚を楽しまれ、和やかなひとときを過ごされました。これからも季節を感じていただける行事を大切にしていきたいと思います。





グループホームでは3ユニット合同でそうめん流しを行いました。普段あまり召し上がらない方もこの時ばかりは進んで箸を伸ばされ、いつも以上に食事を召し上がられ、「まだ食べたい」と言われる方も多かったです。今年も3か月を切りましたが楽しい行事をまた計画できればと思います。

8月お誕生日の方のご自宅にてご家族のご協力のもと、一緒に過ごされました。娘様と2匹の猫ちゃんがお出迎えして下さり、楽しいひと時となりました。来年もまた、ご自宅でお元氣にお誕生日をお迎えになれますようご支援させていただきます。

【ユニット想】



3ユニット合同でそうめん流しを行いました。そうめんを上手くすくえるまでしっかり立ち上がる姿がたくさん見られました。



利用者様が率先して食事の準備・配膳やおやつ作りをしてくださいました。利用者様ができることをいつまでも続けていただけたら、これからも支援してまいります。



【ユニット花】



3ユニットのそうめん流しでは、利用者様にもそうめんを茹でて頂きました。皆様と一緒に楽しい時間を過ごすことが出来ました。

10月に100歳を迎えられる利用者様の記念贈呈式を行いました。市役所の方にもお越しいたき、皆様でお祝いました。



ショートステイまりあ



ショートステイまりあでは、お好み焼きパーティーをしました！
皆さんお好み焼き・焼きそば・おにぎりを「美味しいねえ」と笑顔で食べられていました！（^^）

サービス付き高齢者向け住宅まりあ



今年は、サ高住の中庭にあさがおを育ててみました。暑かったためか、お盆明けからたくさん咲くようになりました。毎朝、利用者が「今日は50くらい咲いていたよ。」と数えてくださり、楽しみにされていました。種を取り、来年も楽しみです。

また、日中は利用者が琴を演奏され、皆様と一緒に歌って楽しまれています。



デイサービスセンターまりあ

今年もまりあ農園より立派な赤紫蘇ができました！その紫蘇を使用して、おいしい紫蘇ジュースをご利用者と職員が協力して作りました。1枚1枚丁寧に紫蘇の葉をちぎって、『煮込む→砂糖を入れる→クエン酸を入れる』この手順で完成です！！とてもきれいな紅色になりました☆もちろん味もばっちりです！！おやつの時間に出来立ての紫蘇ジュースをご賞味いただきました。

皆様大変喜んでくださいました。ご協力ありがとうございました！！





8月は、がねとそうめんをみづきで手作りし、皆様に召上がりしました。がねはご利用の方に味付けをお願いし、「懐かしい味がする」と大好評でおかわりの声を多く頂きました。普段あまり食が進まない方も「おいしね」と食べて下さり食事中たくさんの笑顔を見ることができました。

9月はみづきで敬老会を開催しました！ゲームで対決したり、職員の余興(ひょっこり踊り)も喜んで下さいました！



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福さんの家で過ごされておられる、皆様の日々のご様子です。

体操やレクリエーション、個別支援、四季折々の行事等を企画・実施行い、利用者様の笑顔が沢山みられ、穏やかに過ごされておられました。



今まで
ありがとう
ございました！



デイサービスセンター福さんの家は、平成22年4月の事業開始以来、皆様のご支援を賜りながら運営してまいりましたが、このたび法人の事業再編に伴い、令和8年9月30日をもちまして現事業を終了いたしました。これまでデイサービスセンター福さんの家をご利用されて来られた方々、地域の方々や関係各所のご厚情に対し、心より感謝申し上げます。

お知らせ

令和8年10月1日より「小規模多機能型居宅介護ちっちゃんお家みづき」は「小規模多機能型居宅介護福さんの家」へ名称を変更いたしました。

登録者数が29名、通い定員数が18名となり、看護師を含めた職員配置を増員し、より手厚い体制へと生まれ変わります。

今後も、ご利用者様が住み慣れた地域で安心して生活を継続できますよう、より一層サービスの質の向上に努めてまいります。引き続き変わらぬご指導、ご支援を賜りますようお願い申し上げます。



『敬老の日』のお祝いとして、各事業所で敬老会が行われました。
皆さまの素敵な笑顔をお届けします♪
これからも健やかに過ごして下さい。

グループホームまりあ



ちっちゃんお家みづき



特別養護老人ホームまりあ



デイサービスセンターまりあ



買い物支援 『わくわく♡ワゴン』

8月21日、買い物支援 わくわくワゴンにてニシムタへ行きました。皆様より「いつも楽しみにしている。」「ありがたいよー。」とお声をいただきました。買い物を終えるとフードコートにて一緒に行かれた方々、職員と話をし、買い物の話をする等、ゆっくりと過ごしていただきました。



スマイルカフェ祝吉

9月19日、祝吉地区社会福祉協議会のスマイルカフェに参加させて頂き、63名分の昼食を作りました。

地域の方や夢学舎の子ども達、地域包括センターの職員も参加され、スカットボールで皆様とレクリエーションを行った後に、お食事しながらお話をされ楽しく交流行いました。



都城市立小松原中学校 職場体験学習

9月10日～2日間かけて、小松原中学校より職場体験に来て下さいました。はじめはとても緊張してましたが、ご利用者様とお話してみたり、一緒にテーブルゲームに取り組まれたり、レクリエーションの方にも参加して盛り上げて下さいました。この経験を通して、少しでも介護の楽しさを感じて頂けたら嬉しいです。



令和8年度 救急法研修

令和8年度の救急法研修を実施しています。応急手当普及員を修得している職員による講義、演習の後、研修に参加した職員全員が実践練習を行い緊急時の流れを再確認することができました。どのような時でも慌てず冷静に対応できるようこの訓練が大切だと痛感し、さらに職場以外でもこの経験を活かしていけるよう努めて参ります。



彼岸法要

9月16日、庄内町にある「願心寺」様にお越しいただき、彼岸法要を執り行いました。

特別養護老人ホームまりあやちっちゃんお家みづき、ショートステイまりあの利用者様もご列席いただきました。

普段はお出かけが難しい方々も、故人やご先祖を偲ばれ穏やかな時間となりました。

今後もこのような機会を大切にしていきたいと思います。



宮崎県主催「介護現場における日本語研修」

宮崎県主催の「介護現場における日本語研修」に特定技能4名が参加しています。

この研修は宮崎県で介護の仕事をしている外国人が働きやすくなるように、日本語研修を実施されています。

県内の他施設で働く外国人介護職員と一緒に、自身のレベルにあった介護の日本語を勉強することができ、介護の仕事をしている仲間と交流することもできます。

初日のオリエンテーションでは自己紹介や宮崎の方言を学び、オンライン受講では、ビデオ視聴や動画を見てグループワークを行いました。



口腔ケアは食事の次に大切だと言われているくらい大事なことです。



口腔ケアが大切な理由と効果とは…

- ① 誤嚥性肺炎の予防
口の中の細菌が唾液と一緒に肺に入り込むのを防ぎ、命に関わる肺炎のリスクを下げます
- ② 全身疾患の予防
歯周病菌が血流に乗って全身に広がるのを抑え、動脈硬化や糖尿病の悪化を防ぎます
- ③ 食べる楽しみの維持
舌や粘膜をきれいにして味覚を整え、噛む力を保つことで美味しく食事を味わう事ができる
- ④ 心身の活性化
口を動かして会話や笑顔が増えることでコミュニケーションが活発に口を動かして会話や笑顔が増える

✿ 口腔ケアにはメリットしかありません！

介助される際は、ブラシは優しく細かく振動し磨く事、特に奥歯の上下に気がけて磨きます。
皆さんも自分の歯磨き時、または介助時に気がけて口腔ケア行い、口腔ケアプロフェッショナルになりましょう。

栄養管理室より 【 れんこんポタージュ 】

【材料】 2人分

れんこん 1節(200g)
玉ねぎ 1/4個
ベーコン(ハーフ) 3枚
豆乳(牛乳) 150cc
塩・こしょう 少々
オリーブ油 大さじ1/2

A 水 300cc
コンソメ顆粒 小さじ2
醤油、みりん 各小さじ1

【手順】

- ① れんこん 50gは薄いイチヨウ切りにし、酢水にさらす。残り 150g はすりおろす。玉ねぎは粗みじん切りにし、ベーコンは短冊切りにする。
- ② 鍋にオリーブ油を中火で熱し、れんこん(イチヨウ切りしたもの)・玉ねぎ・ベーコンを炒める。玉ねぎが透き通ってきたら A を注ぎ、蓋をして3分煮る。
- ③ 弱火にし、れんこん(すりおろし)・豆乳(牛乳)を加え、とろみがつくまで煮る。仕上げに塩・こしょうをふる。



れんこんにはビタミンCや食物繊維、タンニン、カリウムが豊富に含まれています。
免疫力向上や便秘解消、高血圧予防に高い効果があります。

★調理のポイント★ ビタミンCやタンニンは水に溶けやすいため、水にさらす時間は5分以内がおすすめです。皮や節にも栄養が豊富なので、よく洗ってそのまま使うと効果的です！！

《編集後記》

少しずつ秋の訪れを感じる気持ちの良い季節となりました。

今月号は涼しげな夏の催しと秋の訪れを感じるお便りをお届けいたしました。「〇〇の秋」といった言葉をよく耳にしますが、皆様がいまい浮かぶ秋は何でしょうか？暑い日、寒い日と寒暖差による身体の疲れも出て来るとは思いますが、皆さまお身体をご自愛ください。

【 ショートステイまりあ:鶴田 】

社会福祉法人まりあ 広報誌 まりあ新聞 Vol.257



■発行日：令和8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

* 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。