

ふれあい ~第87号~



神島会様



琴伝流大正琴 ふみ乃会様



(株)スリーティ運輸様・南砺福野高等学校様

目次

1P

表紙

2~3P

特養(施設行事)

4P

ふれあいまつり

5P

デイサービスセンター

6P

デイサービスセンター・ヘルパーステーション

7P

懐メロミュージックフレンド様の慰問・栄養部

8P

施設内研究・新職員紹介・寄付・ボランティア・編集後記

9月27日
ふれあいまつりより



特別養護老人ホーム 砺波ふれあいの杜

住所 : 砺波市神島756-1

電話 : 0763-33-0802 FAX : 0763-33-0832

Eメールアドレス : fureai@p1.tst.ne.jp

ホームページアドレス : <http://www.furemori.com>



秋のドライブ
レクリエーション



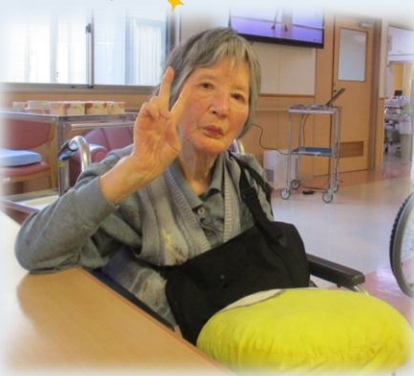
秋の気配が全く感じられなかつた年ですが、野山の風景はいつも通り、秋の装いでした。



クリスマス会



可愛いサンタさんやトナカイさんがクリスマス会を盛り上げてくれました



餅つき



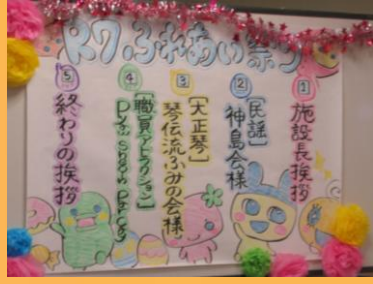
南砺福野高校の
2年生3名が、
特養の実習に臨
まれました。



新年を迎えましたね。去年の12月に恒例の
餅つきをみなさん和気あいあいとされていました。



ふれあいまつり



ボランティアの皆さん



神島会様

琴伝流大正琴ふみ乃会様

南砺福野高等学校様

(株)スリーティ運輸様

北陸ビジネス福祉専門学校1年生 実習 14日間

14日間実習が行われ、利用者様とのコミュニケーションも段々スムーズになり、成長が見られました♪



栗拾いゲーム

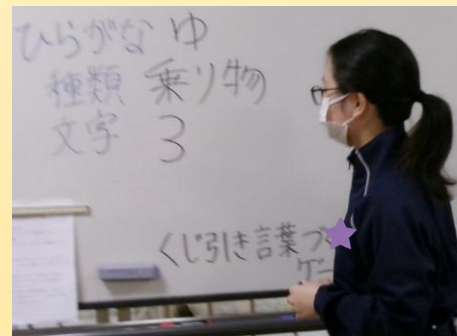


制限時間内に
どれだけ栗を
拾うことが出
来るか競う
ゲームです♪



くじ引き言葉作りゲーム

3つの箱から1枚ずつ取っ
て頂き、言葉を作って頂く
ゲームです♪



デイサービスセンター

10月~12月に行
ったレクリエーシ
ョンを紹介します
★

ルールに沿って ボール転がし



1人5個の
ボールを転
がし、紙皿
の上に乗せ
高得点を狙
うゲーム
です♪

テーブル ホッケー



テーブル上
での滑らせ、
敵地に押し出
す対戦ゲーム
です♪



選択レクリエーションの様子について紹介します★

料理 かぼちゃのパウンドケーキ作り



絵手紙



華道

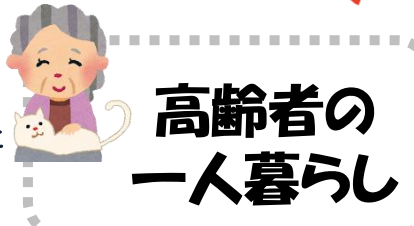


書道・ペン字

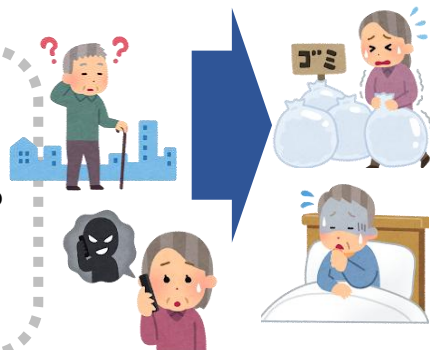


ヘルパーステーション

高齢の独居の方が増えていますがその理由は様々です。近くに頼れる人がいなかったり、不自由さを感じずに、敢えて一人暮らしをされている方もおられます。しかし、年齢を重ねると徐々に問題が出てきて不安になる事も多いのではないのでしょうか？



- 独居高齢者の問題**
- 健康や病気の不安
 - 生活意欲の低下
 - 知らぬ間に認知症が進行する
 - 詐欺や消費者トラブルの罠
 - 災害時の対処ができない
 - 孤独死……など



- 問題解決の為 重要**
- 現状の把握
 - 差し迫った問題の対応
 - 本人がどうしたいか？意見を聞く

介護保険以外の支援

- 緊急通報装置の貸与(自治体)
- 寝具クリーニングサービス(自治体)
- 買い物代行・配食サービス(民間)
- 見守りカメラの設置 など

ヘルパーができる支援

- 掃除・洗濯・調理・買い物などの生活支援
- 服薬・食事・水分補給の確認、支援
- 空調環境の確認・給油
- デイサービスの準備、他、身体介護 など

ヘルパーは、ご本人の話を伺いながら、悪質な訪問者やトラブルに遭っていないか等を確認し、支援者に報告しています 6



利用者の皆さんに毎回たくさんのお元気を分けてくださる懐メロミュージックフレンドの皆さんが、久しぶりにふれあいの杜に開設されました。コロナ禍以前は毎年2回ほどお越しにいただいていたでしょうか？来設された時はいつも生演奏で賑やかな懐メロ歌謡を披露してくださり、とても楽しかったです。恒例行事だったと記憶しております。

今回も約1時間半ほど、たっぷり聞かせてもらったメロディーは利用者さんにもいい刺激となり、手拍子ももちろん、身体全体でリズムを刻みながら歌を口ずさむ方もおられ、とても素晴らしい時間を過ごすことができました。

利用者の皆さんに毎回たくさんのお元気を分けてくださる懐メロミュージックフレンドの皆さんが、久しぶりにふれあいの杜に開設されました。コロナ禍以前は毎年2回ほどお越しにいただいていたでしょうか？来設された時はいつも生演奏で賑やかな懐メロ歌謡を披露してくださり、とても楽しかったです。恒例行事だったと記憶しております。

栄養部

～正月太りを解消しましょう～🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷

年末年始は忘年会やクリスマス、新年会と普段よりもカロリーが高めのものを食べる機会が多くあり、体重を気にする方が多くいらっしゃるのではないのでしょうか？正月太りは、早めに解消に向けて取り組みていくようにしましょう。

☆☆☆正月太り解消ポイント☆☆☆

- ①食物繊維が多い野菜やキノコを先に食べる
急激な血糖値の上昇を防ぎ、体内に脂肪が蓄積されにくくします。具たくさん味噌汁にすると満足感も得られ食べ過ぎ防止に繋がります。
- ②よく噛んで食べ、腹八分目を意識する
朝昼はしっかり食べ、夕食を控えめにするのもいいですね。
- ③規則正しい生活を送り、三食とも栄養のバランスのとれた食事をする
食事を抜くとエネルギーが足りず、筋肉の分解が進み、筋肉量が減少してしまいます。筋肉が減ると基礎代謝が落ちてしまい、痩せにくい体になってしまいます。



施設内 研究

各部署ごとに研究テーマを決め、それぞれ約半年間の研究に取り組みました。

特養2階



『認知症ケアを通して
楽しみを見つけその人
らしく過ごす日々へ』

4大ケアと認知症タイプ別判定を見直し、日常生活での楽しみを見つけられる活動を行うことで、症状の緩和が見られるのではないかと考えた取り組み。職員の質の向上を目指した取り組み。

『充実した
レクリエーションを
めざして』

現在実施しているレクリエーションの現状を把握、提供方法と内容の改善をし、充実したレクリエーションを目指した取り組み。

特養3階



事務所

『生産性向上に
向けての取り組み』

令和6年の介護報酬改定にて、生産性向上委員会の設置が義務付けられた。生産性向上のための7つの取り組みの一つ、「職場環境」についての取り組み。



ヘルパー
ステーション



『正確に覚えて
抜け落ちない
情報共有方法とは』

職員全員が正確な情報をしっかりと記憶し、抜け落ちる事のないようにすることで、サービスの質の向上や時間短縮へ繋がるのではないかと考えた取り組み。

『ボディメカニクスを
活用した
介護技術について』

最新のボディメカニクスを学び・身につける事で職員間で統一された介助を行い、より一層の介護技術の向上を目的とした取り組み。

デイ
サービス



新職員紹介

さかい
酒井

あみ
亜美

(看護師)

出身地 : 砺波市
趣味 : Disney関係の
動画鑑賞・読書
ひとこと : 利用者様、一人一人に寄り添い、安心して生活できるよう、努めていきたいです。



くぼき
窪喜

よしみ
芳美

(看護師)

出身地 : 砺波市
趣味 : ドライブ
ひとこと : 笑顔忘れず、頑張りたいと思います



編集後記

新しい年を迎え、皆さまいかがお過ごしでしょうか。私は、健康で穏やかに過ごしたいと年の始めに改めて願いました。本年も、皆さまに安心して暮らしていただけるよう、職員一同努めてまいります。どうぞよろしくお願いいたします。

M.T

あたたかいご奉仕
ありがとうございます

順不同

懐メロ
ミュージックフレンド様
生バンド・歌
神島会様
民謡・踊り
琴伝流大正琴ふみ乃会様
大正琴演奏
南砺福野高等学校様
ふれあいまつり模擬店
（株）スリーティ運輸
ヘルスケア事業部様
ふれあいまつり模擬店
砺波市仏教会様
法話会

ボランティア・慰問に
ご協力いただいた方

あたたかいご寄付
ありがとうございました

順不同

寄附金品
食品
お茶菓子
松田 拓夫様
仁木 和彦様
河合 多久已様
富山県善意銀行様
他匿名 二十三名様
図書
果物
金一封・日用品
お茶菓子・果物
飲料水

