

かわまたホーム ほほえみだより

発行
平成27年3月
第31号



楽しみのひとつ レクリエーション!!

デイサービスでは何が楽しみですか?との質問に「お風呂、ごはん…あとはゲームがな!」と皆様声を揃えて答えてくれます。今回は楽しみの一つに挙げられたレクリエーションのひとつ「すごろくゲーム」の様子です。

お部屋いっぱいに広げたすごろくゲームシートめがけて、大きなサイコロを振り「1・2…」と数えコマを進めるたびに歓声が上がります。なかなか自宅で味わえない醍醐味に利用者・職員とも大笑い・大騒ぎ!「いや〜、笑ったない」と腹を抱え喜ばれています。もちろん、楽しむだけでなく他にも沢山プログラムも準備しています。頭の体操、下肢筋力防止、手指運動などゲーム感覚で行えるレクリエーションも充実しています。

『明日の元気』につながるように、職員一同この時間を何より大切にしています。



安全・安心・ゆとり

川俣ホームは、利用者の主体性と自主性を尊重し、人間としての尊厳に根ざした介護を進めます。

川俣ホームは、家族・地域社会との連携を密にし、あたたかい家庭的環境を築きます。

新年会

今年は旧正月に行った新年会。職員扮する神主様のご祈禱を受け、獅子舞に頭を噛んでもらい、一年の無病息災を祈願しました。

『おみくじ輪投げ』で運をためし、『紙相撲』で大笑い、和の雰囲気の中、抹茶を頂き楽しい一日を過ごしました。

職員手作りの鳥居、良い出来映えに大満足

ご利用者と一緒にハイ、ポーズ！

はげよいのこった、のこった

『大吉』当たれようねらってね

特養

忘年会

今日は贅沢にうな重

川俣シャモの親子丼うまくてたまんねえ

一年の労をねぎらい、お酒はないけど町内の新川さんより出前を取りました。
ラーメン、うな重、寿司…

『うまくて、ほっぺおちっちゃう〜』

天井サイコ〜

ラーメンおいしい

鬼だ！〜

2月3日、今年は4名の鬼が参上！賑やかな豆まきになりました。

「何の鬼を退治するの？」の質問に返ってきた答えは、なっ、なんと!?

『びんぼう鬼』

退治できたかな？

鬼のダンス!?

鬼と仲よし♡

鬼は外 福は内 節分

デイサービス

忘年会

平成26年12月23~29日



デイサービス恒例となりました忘年会…ご利用者に一年の感謝

の気持ちを込めて、この日ばかりはご利用者も職員も同じ鍋を囲んで食べて…飲んで…笑って…どのテーブル席からもうまいなあ～皆で食べと!!」の声。また来年も笑顔あふれる一年になるように乾杯の音頭で始めました。



どこのテーブルが一番美味しくできたかな?!

掛け軸

作っちゃいました

昨年秋に、二週間かけて制作した掛け軸。新しい年を待って、フロアー中心の円柱にお披露目しました。実はこの掛け軸、ハート型に切った沢山の和紙に一枚ずつ色を付け、それを何百枚も重ね合わせて、一枚の大きな掛け軸にしたものなのです。大変な作業に関わらず、ご利用者の皆様は完成を楽しみながら、制作に励んでいらっしゃいました。完成した掛け軸を前に『笑顔満開』のご利用者の皆様です!!



一週間、目替わりメニュー!!

「すきやき鍋」
「とりだんご鍋」
「えび団子鍋」
どれもウマイ!



また来年も
よろしくな～い
かんぱーい!!



節分

平成27年
2月2~7日



『節分』とは本来、「季節を分ける」や、「立春・立夏・立秋・立冬の前日」の意味があります。しかし立春の前日、2月3日が『節分』とされるようになったのは一年の中でもっとも大事なのが『春』で、その『春』が始まる前日に『これから始まる新しい一年が、不幸や災いが無い一年になりますように』との意味合いがあるそうです。

それならばと、デイサービスでも『節分』にちなんだ鬼退治ゲームを行いました。



出来上がった掛け軸を前に『笑顔満開』



一枚ずつ色を付けて重ね合わせていきます



鬼を倒せば得点!!
お多福を倒してしまうと減点!!鬼だけを倒すはさすがお多福まで倒して「アララ～」と残念な声!

ご利用者・ご家族の声



斎藤キ工様

デイサービスに行く事が一番の楽しみです。近所の友達にも会える事や、沢山のひととお話できて嬉しいよ。これからもよろしくない。

行事やレクリエーションなどを楽しみに出掛けています。

知り合いの方や、職員さんの顔を見ると元気が出ると頑張ってます。



菅野富夫様

みんなと話ができ元気が出ない。お風呂も大きくて温泉のようです。ここのデイサービスは最高!いつもありがとない。

デイサービスの皆様、お世話になっております。週一回のデイサービスですが、本人も大変喜んで行くようです。お風呂に入り、ヒゲや爪の手入れまで本当にありがたく思っております。これからも、よろしくお願いいたします。



管理栄養士に聞きました

ひなまつり 甘酒の効果について



3月3日はひなまつり。別名「桃の節句」ともいわれ、女の子の健やかな成長を祈る伝統行事です。

ひなまつりのお料理といえば、ちらし寿司やはまぐりのお吸い物、そして甘酒…麴が醗酵食品として注目されるようになった昨今、今回はひなまつりにちなんで甘酒に注目してみたいと思います。

米と麴を醗酵させて作る甘酒は栄養価が高く、飲む点滴とも言われています。特にビタミンB群やアミノ酸が豊富で、これらは疲労回復や皮膚を健康に保つ働きをしてくれます。また甘酒に含まれる麴由来の食物繊維とオリゴ糖には、腸の働きを活発にし腸内環境を整え、便秘を改善する効果もあります。江戸時代から夏の風物詩とされていた甘酒。現在では、ひなまつりの時期だけでなく、夏場にも冷やし甘酒として、見かける機会が増えてきたように思います。

甘酒は天然の甘味が特徴的である為、中にはその独特な風味が苦手な方もいると思います。生姜を少量加えたり、豆乳で割るなど、少しの工夫をすることで甘酒の風味が和らぎ飲みやすくなります。栄養価に優れた甘酒、冷え症対策や風邪予防に是非一度お試しあれ。

エコキャップ活動

平成22年10月より広報誌を通して皆様にご協力をお願いしていたエコキャップ活動ですが、川俣町内の塩田新聞店様を通じて『ふくしまエコキャップ運動』へ100kg寄附しております。

川俣ホームのこの取り組みに対し、地域住民の皆様の善意・ご協力に感謝致しております。ありがとうございます。

なお、エコキャップ及びプルタブの収集活動については今回の寄附をもって終了とさせていただきます。長い間ご協力ありがとうございました。

川俣ホーム行事予定表

3月：ひなまつり	4月：お花見
5月：運動会	6月：外出

編集後記

今回は「ほほえみだより」の編集メンバーを紹介！
デイサービス、特養、医務、事務の各部署から選ばれた優秀な職員たちで毎回作成しています。
このメンバーで、これからも皆様楽しく読んでいただける広報を作成していきたいと考えておりますので、よろしくお願いいたします。



医務コーナー

知って得する
情報

爪シリーズ — 第2回 —

●爪はなぜ必要か？

ライオンには、獲物を捕らえる為にするどい爪がある。サルや、ナマケモノなどには木にしがみついたための爪がついている。馬には、速く走るために固い爪がついている。しかし、人間についている爪は板状の形をしていて、指先にちょっとついているだけである。

人の爪の役割は

●物を掴むために

私たちは物を掴む時、指先に力を入れて掴んでいる。それは、爪が支えになる為、物をうまく掴む事ができる。もし、足の指にも爪がなかったら、歩く時にもつま先に力が入らず、うまく歩けない事になる。

●細かい作業が可能

爪があるおかげで物を掴む事ができ、そのために細かい作業も可能となっている。細かな作業も、爪のおかげで力の調節をする事ができる。特に人間の爪は扁平な板状で、このような平爪は、高等霊長類以上に見られる特徴である。

爪の成分、成長

爪は硬いけれど、骨や軟骨とは関係ない。骨は、カルシウムから出来ているのに対し、爪は毛髪と同様に、もともとは皮膚が変化してできたものである。皮膚の成分のタンパク質が角質化してケラチンという固い繊維タンパク質になっている。このケラチンには、硫黄を含むシスチンというアミノ酸が多い「硬ケラチン」と「軟ケラチン」の2種類があり、爪はこれらが入り組んでできている。ちなみに、皮膚の表面を覆っている角層は「軟ケラチン」、毛髪は「硬ケラチン」でできているから、爪は毛髪と皮膚の中間の性質を持っているといえる。

爪は毎日成長している。手の爪の場合は健康な人で0.1ミリずつ伸び、爪全体が生まれ変わるのに約6ヶ月かかる。

足の爪はもっと遅く、手の爪の2倍近くかかる。一般的に大人より子供、女性より男性の方がわずかに早く伸びるといわれている。また、季節的には新陳代謝が活発な夏が最も早く伸び、さらに、同じ手でも中指が一番早く、小指が最も伸びが遅いとの事である。

楽しく働いてみませんか

職員募集中!

介護職・看護職…………… 若干名

- 【勤務形態】 ●8時間勤務(当施設勤務表による交代制)
●パート勤務(勤務時間は相談に応じます)
【勤務場所】 ●特別養護老人ホーム川俣ホーム
●川俣ホームデイサービスセンター

○川俣ホームに通勤可能な方
○給与・待遇については、信達福祉会の給与・就業規程によります。
電話連絡の上、履歴書をご持参ください。担当：成尾、高橋

〔発行〕社会福祉法人信達福祉会 特別養護老人ホーム 川俣ホーム

〒960-1406 福島県伊達郡川俣町大字鶴沢字川端2-1 TEL024-565-2881 FAX024-565-2230

ホームページ・<http://www.shintatsu.jp> メールアドレス・kawamata@shintatsu.jp