

あいの木園 あかい実 no.12

発刊者
 社会福祉法人 高岡の里福祉会
 法人事務局・もちの木園
 住所：〒679-2217
 兵庫県神崎郡福崎町高岡74-1
 TEL 0790-22-6881
 FAX 0790-22-6461

平成28年3月1日 発刊



節分献立



午後のレクリエーションは鬼退治!



2/3 (水) の昼食は、節分の日という事で手作り巻き寿司を提供しました。今回は『太巻き』『カツ巻き』『サラダ巻き』の3種類です。ボリューム満点の仕上がりになりましたが、残飯はゼロ! 厨房職員が一つひとつ丁寧に巻いた巻き寿司は格別だったようです。刻み食の利用者には、ちらし寿司風にしたものを一口サイズのおにぎり(ちらしボール)にして提供させていただきました。普段はお粥を食べておられる方でも、ちらしボールならパクパク食べておられ、嚥下もバッチリです。今回も利用者のたくさん笑顔を見る事ができました。今後も、全ての利用者に美味しい食事を食べて頂く為に、なげなしの知恵を精一杯絞り出して工夫を凝らしていきたいと思ひます! (栄養士: 慈幸)

避難訓練



2/10 (水) に夜間想定避難訓練を実施しました。夜間想定という事で、遅出・夜勤職員 計4名で行いますが、その他、出勤職員は、どのような動きをしているのか・こう動くべきではないか等、考えさせられる機会にもなりました。今回の出火場所は、浴室でしたが、他にも厨房や洗濯場と出火場所を変更し、いつ・どこで起こるか分からない火災に備えて訓練しています。慌てず・冷静に判断し、利用者の命をしっかりと守る事が出来る様、今後も真剣に取り組んでいきたいと思ひます。(芦田)



日常生活

誕生日



もちの木園の日常より、今回は誕生日のお祝い紹介します。利用者の待ち遠しい日の一つに、「誕生日」があります。皆公平に1年に1度だけやって来る特別な日。園側で誕生日プレゼントを用意し、終わりの会で全員でお祝いをしています。とてもアットホームな雰囲気、伴奏もピアノの得意な利用者がハッピーバースデーを演奏し、時には指揮者も登場しながら、皆で歌ってお祝い。利用者によって、皆の前でプレゼントを披露したり、こっそりと自室でゆっくりと確認したりしながら、自分だけの特別な時間を過ごしておられます。(名田)

インフルエンザ

1月の終わりに2月にかけて、全国的にインフルエンザが流行しているとのニュースが度々、流れていました。2月に入り、福崎管内でもインフルエンザが警報レベルに達しました。インフルエンザの流行期前より、職員はマスクの着用・手洗い等を徹底し、感染予防に努めていました。しかし、2月の半ばに利用者がインフルエンザに感染。感染拡大を防止する為、感染者の隔離や男女間の移動制限等の対応を図りましたが、徐々に感染者が増えていくといった状態になりました。利用者の重度・高齢化に伴い、定期受診をする利用者も増え、年々、インフルエンザを含めた感染症が施設に入ってくるリスクも上がっています。また、年齢と共に利用者の体力も低下してきている事を実感します。幸い、大きな広がりはなく、2/29に終息しましたが、まだまだ、インフルエンザは流行しており、これからも気を付けていきたいと思ひます。(藤原)

インフルエンザに
注意!!



栄養士からのひとこと

花粉症の季節がやってきました! 対策はしっかりとされていますか? 花粉症は、毎日の食事で予防することができます。今回は花粉症の予防が期待される食材を紹介します。

〈納豆・ヨーグルト・味噌などの発酵食品〉

善玉菌(いい菌)を増やして、腸内環境を整えてくれます。それによってからだ全体の免疫力がアップします。

〈サバ・イワシなどの青魚〉

脂身に含まれるDHAやEPAの働きによって免疫機能を正常化します。

〈緑茶〉

ポリフェノールの働きによって、炎症反応を抑えます。

〈野菜・果物〉

ビタミンCには、炎症やかゆみを抑える抗酸化作用があります。

バランスのいい食事で花粉症に負けないからだを作りましょう! (栄養士: 慈幸)



3月の予定

- 3日 ひな祭り献立
- 6日 太鼓クラブ
- 7日 夕食選択メニュー
- 14日 コーヒータイム
- 24日 ケーキサービス
- 27日 面会日
- 27日 カラオケクラブ



その他
 外部講師による音楽レクリエーション
 外部講師による太鼓教室
 外部講師によるジャズ体操