

村山苑

# ほんちょう

## ケアセンター

社会福祉法人 村山苑

ほんちょうケアセンター, 189-0014 東村山市本町 3-43-1

HP: <http://honcho.murayamaen.or.jp/care.html>

E-mail: [care@murayamaen.or.jp](mailto:care@murayamaen.or.jp)

TEL 042(399)2102

発行責任者: 畠山 千春

### 平成30年9月

平成30年9月11日 発行



おいしい おやつ できました♪

- ・ テイサービス便り(2P)
- ・ 訪問入浴ってどんなサービス? ・ ナースタイム(3P)
- ・ 簡単! ヘルパーレシピ
- ・ テイサービス便り 番外編(4P)

表紙の写真 : テイサービス便り「手作りおやつ」より



# デイサービス便り



男性も  
大活躍です

私がシロップを入れるわね♪



## 手作りおやつ

今年度は、月に3~4回、皆さんでおやつを手作りしています。

←こちら（左側）の写真は『フルーツ白玉』（\*^\_^\*）声をかけ合い、作業を分担して手際よく作ることが出来ました。  
→こちら（右側）の写真は『チーズ蒸しパン』を作っています。銀のカップにお玉で、蒸しパンの生地を流し込むのが難しかったですね。



仕上げにチーズをのせましょう♪



きれいに おけたわよ~



とうもろこしの皮むき

とうもろこし おひげが  
たくさん あるね。



## 日常の園児交流

年間を通して、季節ごとのイベントで園児交流をしています。日々の交流も盛んに行われています。



8月は大きな行事がありませんでしたが、雨の日や、活動の合間など、園児たちがちょこちょこ遊びに来てくれました。ある日は、一緒に昼食やおやつを食べたり、雑巾がけの途中に来てくれて、ケアセンターもきれいにしてもらったこともありましたね。また、遊びに来てね。待ってます♡



利用者さん・子どもたち  
保育園の先生も一緒に  
おやつを食べました♪



刺激が足りなくなっ  
ていませんか？



一日のプログラムにシナプソロジーを取り入れすっかり定着しました。皆さんシナプソロジーに慣れてきて下さっているので、職員も研修に行き種類を増やして提供できるよう、日々練習しています！

これからも新しいシナプソロジーの「良い混乱」を楽しみましょう(\*^\_^\*)

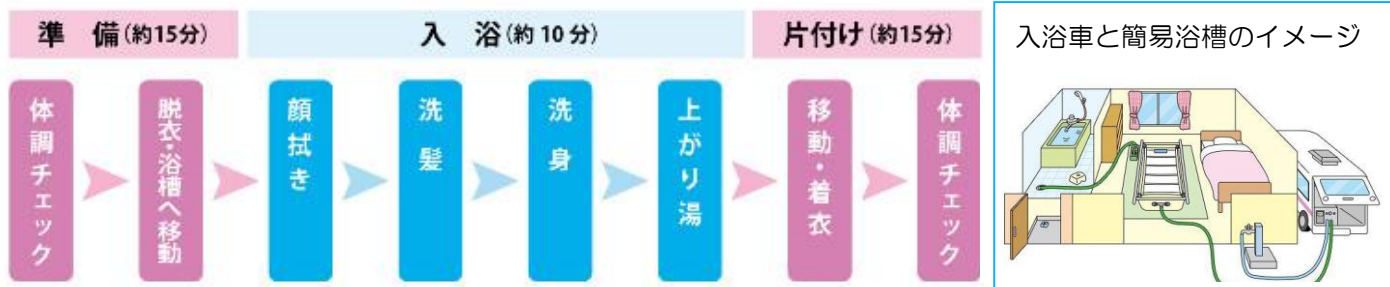




訪問入浴サービスとは、自宅の浴槽では入浴が困難な方に対し専門のスタッフ3名（看護師1名・介護職員2名）が移動入浴車で、浴槽を自宅に持ち込み入浴介助を行なうサービスで、以下のような流れで入浴していただきます。

## 訪問入浴サービスの流れ

1件のサービスは約40分間になります。



・看護師1名、介護職員2名で行いますので、健康面、介助面でも安心して入浴することができ、ご家族等の負担も軽減できます。自宅の浴槽では入ることができない方や、デイサービスに行くことができない、自宅で入りたい等の希望に合わせ利用される方が多いので、これからの在宅生活で必要な方はケアマネジャーに相談ください。

ここがポイント！

訪問入浴事業所によっては、マッスルスーツ等の活用により、利用者、介護者共に安心安全に移動することができるようになってきました。

ロボットというイメージではなく、人の手を補助する物ですので、温かみはあるのではないのでしょうか(^o^)



介護支援

詳しくは、担当の介護支援専門員（ケアマネジャー）にお問い合わせください。

居宅介護支援事業所 管理者 野崎 礼

## ナースタイム 水分補給について

朝・晩は、しのぎやすくなってきましたが、まだまだ日中は暑い日があります。残暑が続くこの時期も、脱水症には気をつけて下さい。

人間が1日に必要な水分量は約2.5ℓと言われてますが、体の中でも水分は作られますので、1日に800～1,300mlの水分摂取が必要となります。のどの渇きは、脱水が始まっている証拠ですので、渇きを感じる前にこまめに水分を摂るようにしましょう。



### 水分補給のポイント

起床時、食事ごとに、運動の前後、入浴の前後、寝る前などコップ1杯（100～150ml）の水分を1日10杯程度、時間を決めて飲むように心がけてみて下さい。

ほんちょうケアセンター 通所介護 看護師

～～さばの回鍋肉～～

9月1日は防災の日です。異常気象の影響や地震で、防災について改めて意識した方も多いと思います。非常持ち出し袋の点検も定期的に行う必要があると思いますが、賞味期限の迫った缶詰類を消費するのが大変と良く耳にします。そんな中、訪問した利用者さんが「最近簡単でおいしいから、缶詰料理に凝っているの。」と、レシピ本を見せてくださいました。「これだ！」と思い、さっそく本屋さんへ。短時間ででき、しかもヘルシー！！なのが缶詰料理です。是非お試しになってみてください。

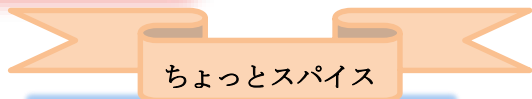
材料：2人前

- さば味噌煮缶 1缶      • キャベツ 150g
- ピーマン 1個      • 長ねぎ 1/2本
- しょうが 1片      • ごま油 大さじ1



A～豆板醤 小さじ2、酒 大さじ2

- ① キャベツ、ピーマンは食べやすい大きさに切る。
- ② さばは缶汁を切って粗くほぐし、缶汁はボウルに入れてAを混ぜる。
- ③ フライパンを熱してごま油をひき、①を入れて強火で好みの加減まで炒め、②を加えて炒め合わせる。



利用者の小池さんの若かりし頃の相棒、ピカピカのトラックです♥！

今は最新型の電動車いすに乗り換え、走り回っていますよ!(^^)!

サービス提供責任者 井上 敏子 岡本 友子



デイサービス便り 番外編



お誕生日会

お誕生月が近づいたころ、職員から「一枚お写真いいですか？」と写真を撮られたことありませんか？

皆さんのお誕生日にバースデーカードを贈ることが出来るように、1～2か月前から準備を始めています。

お誕生日会では、職員手作りのバースデーカードと共に、その日の利用者さんや職員から、♪ハッピーバースデー♪の歌のプレゼントもあります。楽しみにしててくださいね (\*^\_^\*)

※本誌は本人の同意のもとに写真・作品等を掲載しております。

