

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

TEL 042(399)2102

発行責任者: 畠山 千春

平成31年2月

平成31年1月31日 発行

寒さに負けず、元気に始動！！



・ **テイサービス便り(2P)**

・ **法人内研究発表報告**

・ **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「八坂神社へ初詣」より



デイサービス便り



今年もみんなが
元気で過ごせますように



八坂神社 へ 初詣

1月4日～7日の3日間で、市内の八坂神社へ初詣に出掛けました。

初日の午前中は、園児さんたちと現地で待ち合わせをしました。今年は無事に会うことができ、一緒に参拝できて嬉しかったですね。

利用者の皆様はお賽銭を入れ、願い事をされ熱心にお参りされていました。皆様の願いが叶いますように・・・



楽しい年になりますように



獅子舞がやってきた

ケアセンターには毎年、獅子舞が来てくれます。

今年一年の健康を願って、皆さん獅子舞に頭を噛んでもらいました。あまりの迫力に驚かれる方もいましたが、華麗に舞う獅子舞に皆さん見入っていました。

今年も一年元気に過ごせますように！！



健康を願って！！



お習字クラブの
皆さんの作品です。

何をしているのでしょうか？

利用者の皆さん・園児さんたちが交互に並び、縦に2チームに分かれ、『ペットボトルリレー』のルールをみんなで聞いているところです。

このように、ゲームやレクリエーションを一緒に行う時には、皆で説明を聞いてからゲームを開始します。全員が真剣な表情で、静かに聞いてくれるので、いつもゲームを楽しく安全に行うことができます。



今月のお誕生会で
のひとコマです

刺激が足りなくなっ
ていませんか？



今月も、ほんちょうケアセンターでは、シナプソロジーに取り組んで頂いています。

脳の活性化にも取り組みつつ、基本のストレッチや棒体操、タオル体操等も継続して指導させて頂いています。

今後も全身を動かしていきます♪





社会福祉法人「村山苑」では毎年1回、法人で運営している事業（高齢、障がい、保育等）で働く職員が日々の業務の中で、研究したことを発表し共有する機会を設けています。今年度は居宅介護支援事業の発表の機会でしたので、報告させていただきます。

今回は、早川ケアマネジャーが担当していたケースを研究発表しました。

ほんちょうケアセンター開所当初（7年前）よりケアマネジメントさせて頂いていた方で、3人のケアマネジャーが関わり、認知症の軽度から中度までの支援をしてきました。

当初は「身体は丈夫なの！」と通所介護サービスに行きたくないとの意向でしたが、当センターの役割作り（配膳や手伝い等）を通じて通うことができた事。ここ1～2年で認知症の周辺症状（幻覚や徘徊、入浴したくない等）がより見られたため、自宅での支援に困ってきたことへの支援を増やし、特別養護老人ホームへの入所に向けての支援までの発表をしました。



このケースでは、夫婦ともに疲れ切ってしまうことが予測されました。事業所内や、他事業所との事例検討を通じ沢山のケアマネジャーからのアドバイスを受けながら、担当ケアマネジャーから家族への認知症の理解を進めていきました。ご本人には、身近なご家族の関わり方が本当に大切なんだと再認識させられ、施設入所する際にも家族との絆があるなかで入所できることが、その後の生活に大きな影響があるのだと関わらせて頂いたことで気付かされました。私達ケアマネジャーは、これからも専門職や地域の方々と連携して一人の方、家族を支援させていただきます。

居宅介護支援事業所 管理者 野崎 礼

ナースタイム 感染予防・手洗い

2月は、一年の中でも気温が低く空気も乾燥するので、風邪・インフルエンザ・感染性胃腸炎などの感染症が流行します。感染症は、細菌やウィルスが口や鼻から侵入して発症します。その最も有効な防御策としては、手洗い・うがいがあります。



手洗いの基本

石鹸を十分に泡立てて、手のひら、爪先、手の甲そして手首までこすり洗いします。その後、流水で30秒以上しっかりと洗い流すことで、細菌やウィルスを大幅に減らすことができます。



ほんちょうケアセンターでも、手洗い・うがいを励行していますが、ご自宅でも習慣にいただければと思います。

ほんちょうケアセンター 通所介護 看護師

～～さば味噌の煮込みうどん～～

一月は日本海側は大雪、太平洋側はカラカラ天気と、覚悟はしていたものの冬を感じる天気が続きました。今年は桜の開花が例年より早くなる予想、とのことで、楽しみです。寒さに負けずもうひと頑張り！ということで、今回もまた缶詰を使った暖かくて簡単にできる料理です。とても身体が暖まりますので是非お試しください。

材料：2人前

- ・さば味噌煮缶 1缶 ・うどん（茹で） 2玉
- ・白菜 150g ・長ねぎ 1/2本
- ・ごぼう 100g

A～ 水 4C、めんつゆ 適宜

- ① さばは粗くほぐしながら缶汁ごと鍋に入れ、Aを加えて弱火にかけます。
- ② 白菜は1cm幅の細切り、ごぼうはさがきにして①に加えて煮ます。
- ③ うどんはざるに入れて熱湯をかけ水気を切り、斜め切りしたねぎと一緒に加えて煮ます。ひと煮立ちしたらできあがりです。



ちょっとスパイス



日差しを一杯浴びて、寒い中、精いっぱい咲いてくれているすみれです。山本さんのお宅の冬のベランダを彩ってくれています。こんなふうに元気に冬をのりきりたいですね！

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



いつもありがとうございます

朝来ると、洗濯物を畳んでくださる方がいます。そして昼食前には皆さんが、すすんでテーブルを拭いてくださいます。配膳の手伝いをしてくださる方、ワゴンを調理室へ戻しに行ってください方、様々な役割を皆さんが担ってくださっています。

活き活きと活動されている姿は、とても輝いていますね♪
これからも、利用者の皆様に活躍していただける場を作っていきます。



※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。