

いわきの里だより

第25号
 令和元年5月1日発行
 発行/社会福祉法人いわきの里
 〒970-1145
 福島県いわき市好間町
 北好間字外川原33-1
 TEL:0246-36-6006(代)
 FAX:0246-36-6016

ホームページ <http://iwakinosato.jp>

地域密着型特別養護老人ホームサンシャインよしま
 TEL:0246-36-6006 FAX:0246-36-6016
 ショートステイよしま TEL:0246-36-6201 FAX:0246-36-6202
 小規模多機能型つどい TEL:0246-36-6215 FAX:0246-36-6216

地域密着型特別養護老人ホームひなた
 〒970-8035 福島県いわき市明治団地12-19
 TEL:0246-38-3881 FAX:0246-38-3882



大正にお生まれになり、昭和、平成そして令和を迎えられた一〇三歳のご利用者様。教えていただくことが沢山あります。

令和元年度 いわきの里 目標

今年度のいわきの里の目標は「笑顔と寄り添う心があふれるいわきの里」とし、行動目標として『チームワーク・ネットワーク』(お互いに補うこと、人とかかわりを大切に)を目標に掲げました。

職員が「笑顔」でご利用者様一人一人に「寄り添う心」を持って仕事に取り組むことを大切と考えて設定しました。行動目標にプラスしたネットワークは、多くの職員からコミュニケーションが大切という言葉聞いております。そこで、コミュニケーションをとるためには積極的に人との関わりを大切に、そこから情報の共有を図り、業務ができるようにという思いから行動目標にプラスしました。ご利用者様のケアを通して「喜び・楽しさ」を感じる事が出来るスタッフを育てたいと考えておりますので、ご支援・ご協力をよろしくお願いいたします。 施設長 村井 弘



基本理念

1. 私達は、利用者の皆様の尊厳を保障し、お一人お一人が最期まで輝き続け「よりよき老後」をお過ごしいただけるよう支援します。
1. 地域の皆様の拠り所として信頼され、発展し続ける施設を目指します。

28年12月1日〜平成29年5月31日まで人材不足のため閉鎖していましたが、今は人材不足も解消し、毎日やりがいを感じながら仕事をしております。ご利用者様に合ったケアを提供し「きぼう」を目的で毎日、口腔体操やストレッチ、レクリエーションを行っています。また、月に1度のペースでたこ焼きやパフェ作り、お茶会など、職員も一緒に楽しめる企画を提案し取り組んでおります。

「ご利用者様の中には「また来たよ、よろしくね。」と声をかけてくださったり、冗談を言い皆で笑ったり、私が元気を頂いている事も多くあります。毎日、ご利用者様が変わり、介護度も皆様違うため、大変なこともあります。職員がカバーしながら働ける環境は、とてもありがたい毎日勉強です。ご利用者様から教わる事もあり自分の成長につなげたいと思っております。

近くにお越しの際は是非お立ち寄りください。皆様のお越しを心よりお待ちしております。



ご利用者様と同じ目線で話しかける神主任



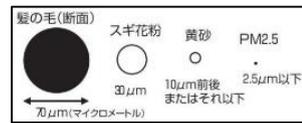
車椅子のスピードにも気配りしています

★いわきの里のキラキラ瞬間★
 ショートステイよしま 神 美弥子主任

平成24年5月1日に社会福祉法人いわきの里開所と同時に地域密着型特別養護老人ホームサンシャインよしま「きぼうユニット」に配属され約1年間、特老を経験し、平成25年7月よりショートステイよしまで勤務しております。

医務室からのお知らせ

花粉・黄砂・PM2.5
 ~春先のアレルギー物質にご用心~



春先から、花粉・黄砂・PM2.5により、目や喉、鼻にとっては受難の季節です。花粉・黄砂・PM2.5の違いは、粒子の直径で、花粉は30μm(マイクロメートル)、黄砂4~7μm、PM2.5は2.5μm以下となります。花粉・黄砂・PM2.5も、ウイルスや細菌ではないので、吸い込んだからといって感染症を引き起こすわけではありませんが、身体に異物が入ることにより様々な症状を引き起こします。症状は、くしゃみ、鼻水、涙などのアレルギー反応です。黄砂は、ギザギザの形をしているので、吸い込むと肺を傷つけて炎症を起こします。PM2.5は更に小さいため、肺の奥に入り込み呼吸器や循環器系の病気を引き起こす可能性があると言われています。

基本的な対策は、「マスク、うがい、メガネ」が有効で「鼻うがい」も効果的です。黄砂・PM2.5はウイルス用マスクを利用し、メガネは花粉の量を2分の1~3分の1まで減らすことができます。また、うがいで、喉に入り込んだ花粉を除去する事が効果的です。花粉の多くは鼻の粘膜に付着するので「鼻うがい」を試してみましょう。真水は刺激が強く鼻や耳の奥がツーンと痛くなります。コップ1杯のぬるま湯に、スプーン1杯の食塩を溶かして使用して下さい。夏に向けて元気な身体を維持していきましょう！



フェイスブック
facebook
 やっております!

社会福祉法人いわきの里ではFacebookでも施設の情報をお届けしております。皆様からの『いいね!』お待ちしております。



<https://www.facebook.com/iwakinosato/>

優秀賞
 あいさつで
 笑顔満開
 里の春

運転、施設管理グループ 鈴木 傳重さん
 接遇委員会では、職員の接遇力向上を目指し、活動テーマに沿った標語ポスターの作成等により、職員全員で目標達成に向けて活動しています。

いわきの里「あいさつ美人」川柳選考結果
接遇委員会からのお知らせ



お誕生会



ご利用者様の嗜好やお食事形態に合わせた施設オリジナルケーキに、スタッフの愛情いっぱいメッセージカードを添えて、年に1度の特別な日を盛大にお祝しています。



ひなまつり

3月3日、施設内にはご寄付いただきました雛飾りをはじめ、ご利用者様と職員によるお内装様とお雛様の貼り絵などが飾られ、とても華やかな雰囲気となりました。ご利用者様の昼食には、食事形態に合った、ちらし寿司をお召し上がりいただき大好評でした。



節分

2月3日「鬼は外、福は内。」ご利用者様の元気な声が施設内に響きました。赤鬼や青鬼に扮した職員にご利用者様が新聞を丸めた新聞豆を楽しく投げられて節分の雰囲気を楽しみました。鬼は退散し、無事に厄を払う事ができました。

ハーモニカボランティア

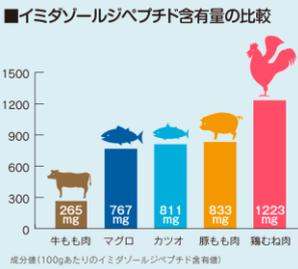
4月16日、サンシャインよしまに「荒川アンサンブル」のメンバー9名が来所され、青い山脈や赤いくつ、水戸黄門のテーマ曲など懐かしい曲を11曲演奏していただきました。ご利用者様も懐かしい曲に拍手を打ったり口ずさんだりしながらとても楽しい時間を過ごすことが出来ました。

栄養まめ知識【旬の食材・・・鯉・・・】

古くから親しまれている魚で俳句や川柳に登場しています。

- 「目には青菜山ほととぎす 初鯉」・・・初夏のさわやかな風物を並べた言葉
- 「まな板に小判一枚 初鯉」女房を質に入れても初鯉」・・・「初モノ」に目のなかつた江戸っ子、誰よりも早く高価な初鯉を食べるのが、最高の「粋」だったのでしょか！

現在、価格的に鯉は、庶民的で、ツナ缶にも登場しています。科学的には、「イミダソールジペプチド」という抗酸化作用のある成分が含まれ疲労を軽減する効果があると報告されています。この成分は、熱に強く調理による損失がなくビタミンCにより効果がアップすることが明らかになりました。旬を味わって体力回復いかがでしょう。



鯉の竜田揚げ、レモン添え

【いわき市シニアボランティアポイント事業】受入事業所です

「サンシャインよしま」及び「ひなた」は、いわき市が高齢者の自主的な介護予防活動及び地域福祉活動等を積極的に支援し、高齢者自身の社会参画の促進と介護予防と地域包括ケアの推進に寄与することを目的に行っている事業のボランティア受入事業所となっております。

- 対象者は「市内に住所を有する65歳以上の方(介護保険第1号被保険者)」で、対象となる活動は、
 - いわき市シルバーリハビリ体操指導士としての指導活動
 - いわき市高齢者見守り隊としての見守り活動
 - いわき市住民支え合い活動づくりモデル事業のサポーター活動
 - 認知症カフェ「オレンジカフェ以和貴」でのボランティア活動
 - 市が指定した福祉施設(高齢者、障がい者、児童関連)でのボランティア活動となっています。
- ポイントの付与があり、ポイントがたまると、いわきの特産品や市施設等利用券等と交換できます。

ボランティアに興味がありましたら、ぜひ活動してみたいかがでしょう。

お問い合わせは地域包括ケア推進課(0246-27-8574)までお願いします。

笑顔の花が満開！お花見

今年の桜は例年よりも早い開花が予想されていたため、少し早めにお花見を企画しました。肌寒い日もありましたが、ご利用者様には『平成最後のお花見』を満喫していただきました。

