

いわきの里だより

ホームページ <http://iwakinosato.jp>

第26号

令和元年8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

おでかけ
三崎公園

お買い物
しまむら平店

パラ風呂

楽しいイベント
盛り沢山

「暑いねえ。」

田植え

おでかけ
三崎公園

母の日

お買い物ヨークタウン谷川瀬

第7回 いわきの里まつり

開催日 9月21日(土)

時間:14時～16時 予定

会場:サンシャインよしま 駐車場

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。

小規模多機能型つどい

管理者兼相談担当者 片岡 賢

つどいは、住み慣れた地域で生活する為に介護保険サービスの位置づけとなっております。基本的には、つどいに通っていただき体を動かす機会や入浴等のサービスを提供させていただいております。ご家族様が遠方に外出される際にはご家族様の介護の代行としてご本人様に泊まっていたりすることも可能な施設となっております。さらに、ご自宅を訪問し調理や掃除などをさせていただくサービスも行っております。

ご近所様やお知り合いの方でつどいのご利用を検討されている方がおりましたらご紹介をお願い致します。尚、担当ケアマネージャーも変更になりますので、現在担当されているケアマネージャー様にもご相談頂きたいと思っております。ご利用を検討される際には、施設見学や詳しいご説明をさせていただきたいと思っておりますのでご連絡をいただければ幸いです。今後ともどうぞ宜しくお願い致します。



医務室からのお知らせ

今号は「**熱帯夜対策**」について
お話しいたします。



人間は汗をかき、熱を発散して体温調節します。室温が28度以上あるような「熱帯夜」は体温が逃げにくくなり、さらに湿度が高いと汗も蒸発しないため、体温が下がりにくくなります。対策をいくつかご紹介いたしますので参考にしてください。

◆快眠法

- ①室温は26度～27度に保つ
- ②エアコンのタイマーは1時間程度にセツトする
- ③除湿機能を使い、理想的な60%前後に保つ
- ④寝具は熱がこもりにくい素材を使用する
- ⑤食事は就寝の2時間前に終える
- ⑥温めのお風呂に入る
- ⑦軽いストレッチをする
- ⑧気分をリラックスさせる習慣を身につける

◆夏に体調を崩さない基本ポイント

- ①規則的な生活をする
 - ②冷たいものの飲食はほどほどに
 - ③適度な運動
 - ④ストレスをためない
 - ⑤しっかりと睡眠時間を取る
- 対策は負担にならないよう行いましょう。日常生活スケジュールやコンディションに合わせてください。

「紙おむつの効果的な使い方」研修会

五月八日、いわきの里会議室において紙おむつメーカー「エルモア」の担当者様をお招きし、紙おむつの効果的な使い方の研修会を開催しました。講師から「テープ止めのおむつ一枚にパッドは一枚使用すること」「パッドを複数枚使用しても吸収量が増えるとは限らず、装着時の違和感や通気性の悪化による肌トラブル、横漏れといった弊害が生じる」等説明を受け、実際に透明のマネキンを用いた排尿実験にて確認しました。これからは研修会を開催し、ご利用者様の排泄支援等の自立支援に向けた取り組みを積極的に実践してまいります。

接遇委員会からのお知らせ

いわきの里 あいさつ美人「川柳選考結果



こんにちは
いわきの里の

優秀賞

合言葉

小規模多機能型つどい 芳賀 綾子
接遇委員会では、ご利用者様・ご家族様への対応マナー向上を目指し、活動テーマに沿った標語・ポスターの作成、ロールプレイング研修等により、職員全員で情報を共有しながら、目標達成に向けて活動しています。

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



お誕生会

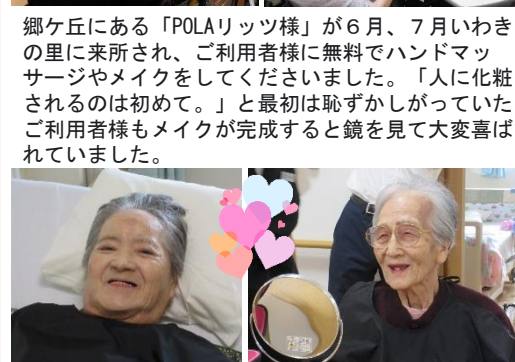
ご利用者様の嗜好やお食事形態に合わせた施設オリジナルケーキに、スタッフの愛情いっぱいのメッセージカードを添えて、年に1度の特別な日を盛大にお祝いしています。





POLAリッツ様

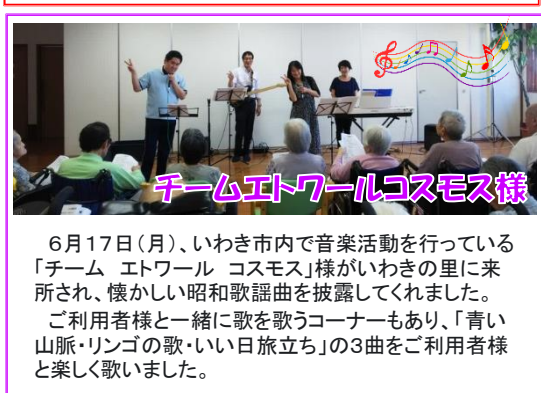
郷ヶ丘にある「POLAリッツ様」が6月、7月いわきの里に来所され、ご利用者様に無料でハンドマッサージやメイクをしてくださいました。「人に化粧されるのは初めて。」と最初は恥ずかしがっていたご利用者様もメイクが完成すると鏡を見て大変喜ばれていました。





ご寄付ありがとうございます
ごさいます

五月二十日(月)、ついにご利用された家族様、船生芳重様よりいわきの里会議室に素敵なテーブルセットをご寄付いただきました。大切にさせていただきます。



チームエトワールコスモス様

6月17日(月)、いわき市内で音楽活動を行っている「チーム エトワール コスモス」様がいわきの里に来所され、懐かしい昭和歌謡曲を披露してくれました。ご利用者様と一緒に歌を歌うコーナーもあり、「青い山脈・リンゴの歌・いい日旅立ち」の3曲をご利用者様と楽しく歌いました。

★栄養イベント★栄養ワンダー！
ひなた 7/5 よしま 7/6

・・・管理栄養士が栄養の楽しみ方を提案しました・・・
食事+おやつでバランスの取れた栄養摂取方法の情報発信



栄養の日

たのしく食べる、カラダよろこぶ

8/4 栄養の日 8/1-7 栄養週間

たのしく食べて、未来のワタシの笑顔をつくるそのきっかけの日です

食べる、必要な栄養素を体内にとりこみカラダをつくる、その代謝を通じて生命を維持する一連の営みを「栄養」といいます。

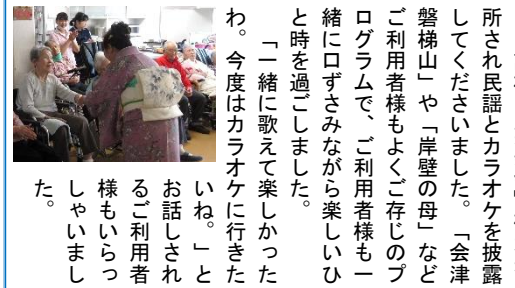
たとえば、大切な誰かと一緒に食べる食卓には思いやりがあること。

たとえば、バランスのとれた食事にココロが満たされること。

「栄養」というと難しく聞こえるけれど、大丈夫。

実は、その「たのしい！」の笑顔が、すこやかなカラダをつくるのです。

2019年、日本栄養士会は8月4日「栄養の日」、8月1日から7日の「栄養週間」を通じて、全国の管理栄養士・栄養士とともに、日本中のみなさんの「栄養を楽しむ」生活を応援します。



五月十八日(土)、いわきの里に「諸橋良美会」様が来所され民謡とカラオケを披露してくださいました。「会津磐梯山」や「岸壁の母」などご利用者様もよくご存じのプログラムで、ご利用者様も一緒に口ずさみながら楽しいひと時を過ごしました。

「一緒に歌えて楽しかったわ。今度はカラオケに行きた いね。」とお話されご利用者様もいらした。



諸橋良美会様



サンパっほい音楽隊「POI(ホイ)」様

7月13日(土)、いわきの里に松村総合病院医師二村先生率いる「サンパっほい音楽隊「POI(ホイ)」様が来所され、ご利用者様と手作り楽器「ガンザ」を片手に昭和歌謡で大いに盛り上がりました。



平幼稚園様 歌とお花のプレゼント

6月7日(金)、平幼稚園の可愛い園児さんが「花の日」礼拝の後、ひなたに来所されお花を贈呈されました。ご利用者様と一緒に「しゃぼん玉」を歌ったり手遊びをして、とても楽しいひとときを過ごしました。