

いわきの里だより

ホームページ <http://iwakinosato.jp>

第36号
令和4年1月25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

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



有限会社矢吹薬局
介護部ALP(アルプ)様

いわきの里は、地元企業様にご協力いただき運営させていただいております。今回は、有限会社矢吹薬局「介護部ALP(アルプ)」様よりコメントをいただきました。

弊社は福祉用具の貸与販売を主に、住宅改修や住宅リフォーム等のサービスを提供しております。

社名のALP(アルプ)はAmenity Life Planning、それぞれの頭文字を合わせたもので、意味は「調べてみて下さい笑」をさせて頂き、施設で使用されているベッドや車椅子などの福祉用具を納品させて頂きました。その後も消耗品の納品等でお邪魔させて頂いております。その中で私が率直に感じている事は、職員さん達の温かさは、入居されている方に対しての接し方は勿論、一業者ではない私に対して、いつも笑顔で、いつも温かく接して頂けるその姿勢に多くの事を学ばせて頂いております。



車椅子の調整中の【アルプ 本戸様】

現在はコロナ禍という未曾有の状況の中で、皆さん大変ご苦労されているかと存じますが、少しでもお役に立てるよう今後も精一杯お手伝いさせて頂きまします。宜しくお願い申し上げます。【アルプ 坂本様】

なる「理解と支援を賜り心より感謝申し上げます。」
「新型コロナウイルス感染症が世界中に拡がり、パンデミックとなつて約三年目となります。昨年十月頃には日本中での感染が減少し、社会的にも落ち着きを取り戻しつつありましたので、私達いわきの里でも、「利用者様とご家族皆様との面会を久しぶりに再開したところでした。」利用者様とご家族様の嬉しそうな笑顔に私たち職員も喜んでいた矢先、新型コロナウイルスの変異株であるオミクロン株が新たに発生。これまで以上に蔓延する事を心配しております。
この様な状況下にあります。私たちが「いわきの里」では、「利用者様に少しでも安心・安全で穏やかな日々を過ごして頂けるように職員一同努力して参ります。」
「利用者様へご家族様の状況もそれぞれに異なると思いますが、何らかの「希望」がありまして「ご連絡下さい。対応につきましては「ご相談させて頂きたいと思っております。」
「「いわきに於いても、これから益々大変な感染状況になると推測され、当分の間、「不便をお掛けする事になり申し訳ございませんが、何卒「ご理解とご協力をお願いいたします。」
今年が、「利用者様へご家族様にとって良い年になりますよう折念いたしました新年の挨拶とさせていただきます。」



理事長 山内 真理子
申し上げます。
平素より社会福祉法人いわきの里に対し、多大

いわきの里 事業所紹介② ショートステイよしま

ショートステイよしまでは在宅での生活リズムや様式を継続し、安心して過ごしていただけるよう心掛けております。一日を通し、ゆったりとした空間の中で機能訓練としてのストレッチ体操やレクリエーション活動などご利用者様に合わせ実施させて頂いております。また、お食事の形態や量、入浴の方式など生活面でのお手伝いもできるだけご要望に添えるよう対応させて頂きます。明るく親しみやすいスタッフばかりで笑顔と笑い声が絶えないユニットです。現在、新型コロナウイルスの影響により施設見学は行っておりませんが、お電話口にてのご質問、ご相談は随時受け付けておりますのでお問い合わせください。【ショートステイよしま ☎0246-36-6201】



チームワークパッチリです

成人式を迎えて

家族や友人、職場の皆様を支えられて20歳を迎えることができました。ご利用者さまの笑顔のために頑張ります。



ショートステイよしま 紺野 惠美

年男★年女スタッフの抱負

二〇二二年、健康管理と維持に努めたいと思います。仕事も家庭も大切にしながら一日過ごしていきたいです。吉田 一浩
入社して、間もなく一年。せわしく過ぎる日々でしたが得たものは多く、充実した一年でした。今年は虎のように、しっかりと前を見据え、目標に向かって駆け抜ける一年になるよう、精進して参ります。横田穂乃佳
二〇二二年は、コロナで大変な年でもありました。二〇二二年は利用者様と一緒に笑顔で、一日一日を大切に過ごしたいと思っております。折笠 理恵
今年一年、自分も利用者様も健康に過ごせるように頑張りたいと思います。大谷 彩華
今年還暦を迎えます。体力もだいぶ落ちましたが、もう少しだけ頑張ろうと思っております。八幡由美子
二〇二二年、トラブルなく楽しく笑顔が絶えない一年にしたいです！鈴木 彩乃



執行役員 山内 弘
あけましておめでとう
業務執行 山内 弘
おめでとうございます。

新年

皆様におかれましては、健やかに新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。
「ご承知の通り、昨年は、百年に一度とも言われる新型コロナウイルス感染症のパンデミックのため世界中が大混乱となりました。
いわきの里においても感染拡大防止の対策として、施設への立ち入りや面会制限などの通常の年とは異なる対応が必要となりました。
また、職員へも行動の制限を行わざるを得ないなど、心身ともに負担の大きい一年でした。この状況が一日も早く解消され、平穏な日々が戻りますように、心より願っております。
今年の干支「寅」は、優しいトラを表す「壬寅」みずのえとら」です。家族を大切に他人にも心を開くとよい年になるといわれておりますので、希望をもって取り組んでいきたいと考えております。新しい年も引き続き「支援をよろしくお願いたします。」



施設長 山内 純
あけましておめでとう
統括 山内 純
おめでとうございます。

新年

昨年は新型コロナウイルスワクチン接種が一定進んだこともあり、ようやく私たちもウィルスとの上手な付き合い方を身につけ始めることができたかと感じていた矢先、今年に入りまた新たな「オミクロン株」が拡大、またも油断ならない状況となりました。しかし！二〇二二年の私の夢、それは皆さんと「マスク無しでのお付き合いができるようになること」です！今年も皆さんの笑顔を見るために私たちにできることに地道に取り組んでいきたいと思っております。「オレンジカフェ和貴を再開したことで地域の方々と関わり、繋がりが増えました。好間、明治団地でこの顔を見かけた際には「施設長！」是非お声がけください。
今年も沢山の皆さんにお会いできることを楽しみにしております。

窓越し面会 & オンライン面会

いわきの里では、新型コロナウイルス感染予防のため【窓越し面会】や【オンライン面会】を実施しております。「顔が見ただけでも良かったです。」と喜ばれるご家族様がいらっしゃる一方で「本人は状況が理解できないので、直接会えない事が伝わらず悲しくなりました。」という声もいただいております。ご利用者さまへご家族様には大変ご心配をおかけしておりますが、皆様のお気持ちに寄り添いながら面会の機会を確保させていただきたいと思っておりますので、ご理解とご協力のほどよろしくお願い申し上げます。

めでたいおやつ

年の初めにご利用者さまと一緒に紅白まんじゅうや練り切り作りに挑戦しました。「こんな感じかしら。」「難しいなあ。」「形はちょっと・・・だけど味はいいよ!」と職員やご利用者さま同士の会話も弾んでいました。



今年の初挑戦

ご利用者さまがやりたい事を積極的に支援しています♪



お誕生日

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プレゼントを添えて、年に1度の特別な日を盛大にお祝いました。



笑顔いっぱい! クリスマス会

昨年末、毎年恒例のクリスマス会を盛大に行いました。陽気なサンタクロースとトナカイさんからご利用者様にクリスマスプレゼントが手渡されると、皆様満面の笑みを浮かべられていました。さらに、職員有志によるハンドベル、鍵盤ハーモニカ・ソプラノリコーダー演奏に合わせて、ご利用者様には鈴やトライアングルをお手伝いいただき、クリスマスソングを楽しく歌いました。

紅葉狩り

秋も深まる11月、三崎公園や赤井岳薬師、フラワーセンター、21世紀の森公園、小玉ダムに紅葉狩りドライブに行きました。お天気にも恵まれ最高のドライブとなりました。



◆冬の体温調節
外出時は帽子やマフラーを着用し吸湿性の良い衣類を重ね着するなど寒さ対策をしましょう。乾燥を防ぐ室内は加湿器を使って湿度45〜60%に保ち、また、マスクを使用することで呼吸に含まれる水分の放出を防ぐので、気道の感染予防になります。発熱や風邪症状など体調変化があれば早めにかかりつけ医に相談して下さい。

◆入浴ヒートショック
急激な温度変化で血圧が変化しショック症状を起こします。寒暖差が大きいと血圧は上がったりが下がりたりして、最悪の場合心筋梗塞を発症します。脱衣室や浴室は、電気ヒーターやシャワー等で温めておくなど、大きな温度差を無くすよう心掛けてください。

◆冬にも起きる脱水症
冬は夏ほどたくさん汗をかくことはありませんが、空気が乾燥しやすく、室内で暖房器具を使用すると、湿度が下がり水分が失われ脱水症の原因となります。こまめな水分摂取を心掛けましょう。

冬の過ごし方
冬を元気に過ごすために、健康管理に注意しましょう。

医療室からのお知らせ

快適な室内の温度・湿度の目安

季節	室内温度	室内湿度
夏	25~28℃	55~65%
冬	18~22℃	45~60%

管理栄養士さんのおすすめ ~郷土料理 いか人参~

材料は、するめいかと人参の細切りを、しょうゆ、酒、みりん、砂糖など調味料で味付けしたもので我が家でもお正月が近づくとおせち料理の1品として作っています。



【栄養面】
・するめいか・・・高たんぱく質、低脂肪、低カロリー、タウリンが豊富です。タウリンは、胆汁分泌を促し、コレステロールを排出する働きをしています。また、肝機能の調整や疲労回復に効果があります。
・人参・・・カロテン、ビタミンB1、B2、ビタミンC、カルシウム、鉄分などを含んでいます。特に色素のβカロテン、αカロテンは、必要な時だけ体内でビタミンAに変化し、皮膚や目を守り感染症を防ぎます。残りのカロテンは抗酸化作用があり動脈硬化や老化防止、がんを予防するといわれています。

令和4年行事予定

- 1月 お正月
- 2月 節分
- 3月 ひなまつり
- 4月 お花見
- 5月 子供の日
避難訓練
- 6月 花菖蒲見学
- 7月 七夕飾り
- 8月 花火大会・スイカ割り
じゃんが鑑賞
- 9月 いわきの里まつり・お月見
- 10月 芋煮会・避難訓練
- 11月 紅葉狩り
- 12月 クリスマス会

おやつ作りも不定期に開催しています♪

平幼稚園収穫感謝祭
11月25日、ひなたに平幼稚園の園児様が来所され、収穫感謝祭に捧げられたお野菜と歌や踊り、パラバルーンをご利用者さまに披露してくださいました。平幼稚園の皆様ありがとうございました。

いわきの里の初詣
いわきの里では「ご利用者様に初詣をしていただきたい!」との職員の熱い思いから、ご利用者さまと一緒に社を作りました。職員扮する神主さんや巫女さん、そして獅子舞も登場し、ご利用者さまには本格的な初詣をしていただきました。

