



瓦版

HIMAWARI

ひまわり

THE NIPPON ARAO JIGENEN

1月号

ホームページ

日頃の様子を掲載しています。

じげんえん

QRコードをスマホで読み取り、
ご覧ください。



新年あけましておめでとうございます。皆様におかれましては、健やかな新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。また旧年中は当施設の運営にご理解とご協力をいただき、厚く御礼申し上げます。皆様方のお力添えをもちまして、ご利用者様と共に無事に新年を迎えることができました。皆様には新型コロナウイルス対策として、長い間ご面会の自粛や制限など、感染拡大防止にご協力いただき、心より感謝申し上げます。コロナ禍も少しずつ一歩、暫く影を潜めておりましてインフルエンザが再び流行しています。引き続き感染拡大防止への取り組みが必要と思われれます。本年もご不便をおかけすることがあると思いますが、職員一同、知恵を出し、今、安心・安全な生活を送って頂けるように、またご利用者様ご家族様に信頼して頂ける施設となるよう取り組んで参る所存でございます。

最後にになりましたが、皆様が多岐に一年になりましたが、皆様とさせていただきます。新年の御挨拶とさせていただきます。

新年の御挨拶



施設長 東 博治

ICT(通信技術を活用したコミュニケーション)導入

テクノロジーは私たちの想像をはるかに超えるスピードで進化しています。私たちの生活も、すでに多くのICT (Information and Communication Technology・情報通信技術) によって支えられています。スマートフォンもそうですし、電車やバスに乗るときに使うICカード、ネットショッピング、病院で使用されている電子カルテシステムなども、ICTの一種です。

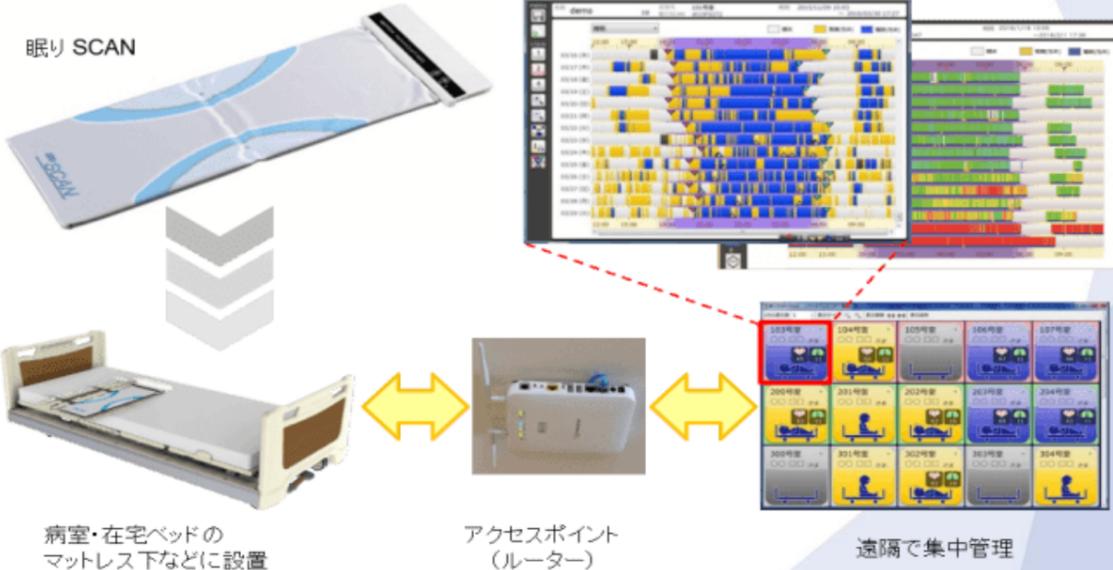
当施設でも利用者様の状態に応じた介護をご提供できるように、この度「眠りSCAN」と「眠りSCAN eye」を居室に設置することといたしました。

「眠りSCAN」は、マットレスの下に敷き、体動(寝返り、呼吸、脈拍など)を検出して、睡眠状態を判定する非装着・非侵襲のセンサーです。身体に何も装着しないので、利用者様に機器の存在を感じさせずに自然な睡眠を計測できます。

「眠りSCAN eye」は、居室にカメラを設置して映像を記録するとともに、「眠りSCAN」で検知した利用者様の状態を映像と共に確認することができるシステムです。

ICT機器の導入によって、利用者様へ適した介護の提供と、当苑でのより良い生活を送れるように努めて行きます。

個人ごとの睡眠・呼吸心拍・日誌を表示



敬老会



9月の敬老会の様子をお伝えします。スタッフ2名で2人羽織りを行い、化粧をしたり、熱々のうどんやケーキを食べました。うどんやケーキがあっちに行き〜、こっちに行き〜と、なかなかうまく食べることができません。顔にクリームが付いたり、「熱ちー！」と声が出るたびに、たくさんの笑顔がみられました。たいへん盛り上がり、楽しい時間を過ごすことができました。



リハビリテーション

リハビリ専門職員が利用者様の身体・認知機能、生活歴・性格・趣味などに合わせてプログラムを作成し、日常生活動作の維持・改善と精神面の安定が図れるように、また楽しさ喜びを感じられるように行っています。



01 1階療養棟

1階療養棟では、看護師6名、介護士14名、理学療法士1名、作業療法士1名、相談員1名、管理栄養士1名にて生活を援助させて頂いています。利用者様個人の意思を尊重し、利用者様のペースで苑生活が送れるように、スタッフ全体がプロ意識を持った言葉遣いや行動を心掛け、協力しながら日々のケアに取り組み、利用者様にとって、安心・安全で、楽しく、明るい生活が送れるように、利用者様の声に耳を傾け、利用者様主体の個別的ケアを行ってまいります。今後も、みなさまに全力でお力添えできるように頑張っていきますので、よろしくお願いいたします。



こどもよろこぶおかげです

02 祝百寿



1階療養棟の〇〇〇〇様が100歳を迎えられ、浅田敏彦市長より表彰状と記念品が贈呈されました。長生きの秘訣は「みんなと体操をして身体を動かすこと」とのことです。いつまでもお元気で笑顔の素敵な利江さんでいてください。本当におめでとうございます。



03 職員研修



利用者様へのより良い口腔ケアの提供に向けて、坂田歯科様より研修を行って頂きました。口腔ケアの適切な方法や注意点を直接、利用者様に実施して頂きました。研修により歯ブラシを使用するだけでなく、口腔内をマッサージすると食事摂取がスムーズになる方もいらっしゃることを学ぶことができました。利用者様へよりよい口腔ケアを提供し、口腔内の衛生を保つことで食事への意欲や楽しみを感じてもらえるように援助してまいります。



04 食べる元気

お祝い御膳 (令和7年1月1日)



風邪予防として、毎日の手洗い・うがい・十分な睡眠なども勿論大切ですが、風邪に負けない食事についてまとめてみました！

- 消化吸収だけではない！7つもある腸のはたらき ●
- 消化：食べ物を細かく分解する
- 吸収：栄養素を体内に吸収する
- 解毒：化学物質を分解・シャットアウト！
- 免疫：腸内細菌と協力して、腸の免疫細胞が病原菌やウイルスから体を守る
- 合成：様々な酵素・ビタミン・ホルモンを作る
- 浄血：サラサラに保つ！よい腸内環境が腸内腐敗を防ぎ、きれいな血液をつくる
- 排泄：いらぬ不要な物を体外へ排出する

● 腸を制する者は免疫を制する?! ●
 体全体の約70%の免疫細胞は腸で作られています。そのため腸は最大の免疫機構とも呼ばれ、免疫力を維持することにおいて最も大切な場所であると言っても過言ではありません。

● 風邪に負けないための食事とは？ ●

- ① 栄養バランスの整った食事をとる
 大切なのは栄養バランスの良い食事を3食とること。主食・主菜・副菜を揃えるなど意識してみましょう。
- ② 腸内環境を整える
 腸内環境の改善が風邪に負けない身体への近道！ココロもカラダも整う!? 腸活で冬でも元気に過ごしましょう！

腸活のための食生活のポイント

- ① 発酵食品を摂取する。腸で働く善玉菌を直接摂取します
- ② 食物繊維やオリゴ糖を摂取する。善玉菌にとっての栄養になります

