



給食だより

「感染症に負けない身体作りと食事法」

□感染症に負ける原因

- ◎ウイルス→低温・乾燥に強い→活性化する
- ◎日常の活動量低下→免疫力が落ちる→感染症の罹患率が上昇する

◎ビタミンDの低下

1. 日光に多く当たる
2. 食事から摂る（魚介、卵の黄身、きのこ、きくらげ等）

□感染症を予防する食事

- ◎抗酸化のある野菜、良質なたんぱく質、油、食物繊維を**バランス良く食べる。**

★たんぱく質（卵、魚、肉、大豆製品）

→病気や感染源と戦うための抗体を作る

★ビタミン、ミネラル

□感染症に負けない生活

食事、睡眠

地域包括支援センター

今、健康で元気に生活している人でも、これから先のことを不安に思っている人が多いかもしれません。「介護が必要になったら…」「認知症になったら…」というのは、高齢者の誰もが持つ共通の悩みです。

地域包括支援センターは介護、福祉、健康、医療など、様々な面から高齢者とその家族の生活を支えます。不安に思ったら、まずは連絡をください。一緒に問題の解決方法を考えていきましょう。

《連絡先》 46-3770

(矢祭町保健福祉センター内)



苦情解決委員会を開催しました

矢祭福祉会では、第三者委員の方々へ各事業所からの要望の内容を報告させていただきました。

令和元年度 苦情（要望）解決状況

＜ユーアイホーム・ショートステイ＞

・要望 6件

＜おひさまデイサービスセンター＞

・要望 0件

＜ケアハウスせせらぎ荘＞

・要望 2件

＜デイサービスセンター館山荘＞

・要望 5件

＜軽費老人ホーム櫻の苑＞

・要望 5件

(平成31年4月1日～令和元年9月末の集計結果)

申出内容に合わせて、速やかにきちんと対応し、満足度の高いサービスを提供することが出来るように努めております。

利用者がその人らしく過ごすためにはどうしたらいいのかを追及する専門職として、サービスの質を高めるための研修や職場環境づくりに力を入れて、苦情や要望への対応のスキルアップを図っていききたいと思います。

～ 編集後記 ～

季節の移り変わりというものは早いもので、令和2年になり、気が付くと春がもうすぐそばまでやって来ています。今年は暖冬ということもあり、比較的過ごしやすい毎日なのではないでしょうか。去年は相次ぐ台風等の異常気象が猛威を振るいました。被災された皆様には、一刻も早く日常に戻れるよう切に願うばかりです。現在でも新型コロナウイルスやインフルエンザなどまだまだ猛威を振るっています。日々の手洗いうがい、しっかり予防していきましょう。令和2年はオリンピックイヤーです。今年も始まったばかりですが、今から楽しみです。 広報委員長 角田

やまばと

元気で健康な一年に

ユーアイホームで節分の豆まきを行いました

2月3日にユーアイホームでは節分の豆まきを行いました。「節分」とは、「季節の変わり目」のことを指します。今年は2月4日が「立春」ですので、その前日に、厳しい寒さから暖かい季節に移り変わるということから、特別にめでたい日ということでお祝いを行いました。ユーアイホームでは毎年、年男年女の方に豆まきをお願いしています。

「福は内！鬼は外！」

大きな声が施設内に響き、今年は例年以上の元気な節分となりました。



また、ある利用者の方から「うちでは、福は内、そしてね、鬼も内、って言うんだよ」という話をお聞きしました。お話を伺うと、そのご家庭では「鬼子母神」を信仰していることから、「鬼も内」と豆まきを行うそうです。

今年一年の厄を払い、元気で健康な一年にしたいという気持ちは私たち職員も利用者の皆さんも同じです。本年も病気にもケガにも負けないよう過ごしていきます。

令和2年3月発行

No.36

発行者

社会福祉法人

矢祭福祉会

東白川郡矢祭町
東館字蔵屋敷122
Tel (0247)46-3385
Fax (0247)46-4400

年頭のごあいさつ

新年あけましておめでとうございます。今年も令和になって初めての初めのお正月、皆様にはどのように新年をお迎えになられたでしょうか。令和の時代が安らかで、平穏な日々であることを願っております。昨年、相次ぐ台風の上陸、それに伴う水害により広範囲にわたり多くの財産が失われました。被害に遭われた方々には、早期の復興をお祈り申し上げます。

さて、二〇二五年問題を目前にし、社会福祉法人を取り巻く環境も大きく変化し、法人経営に与える影響も大変厳しいものがあります。矢祭福祉会も自助努力を重ね、ご利用者の皆様に満足していただけているか、質の高いサービスができていくか、働く職員の満足度が向上しているか、時代の流れに合わせて柔軟な改革を更に進めてまいります。なにとぞ、皆様からのご指導、ご鞭撻の程よろしくお願い申し上げます。

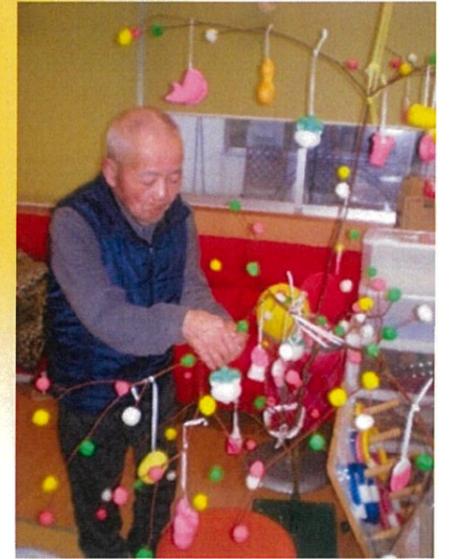
最後になりましたが、本年が皆様とご家族にとりましてご健康で実り多い年になることをご祈念して新年のご挨拶といたします。

矢祭福祉会理事長 高信 由美子

華やかに小正月を祝う

おひさまデイサービスセンター

おひさまデイサービスセンターでは、1月14日に1年の行事の一つでもある『団子さし』を行いました。昔から小正月にみずの木に米粉を丸めてさし、縁起の良い鯛やカブ、大黒様、小判などを飾り、『豊作』『無病息災』などを祈願したそうです。雪景色や花のない時期に、少しでも華やかな小正月らしい雰囲気を楽しもうという、人々の知恵からだそうです。ユアホームおひさまデイサービスセンターでも、今年一年健康で幸せいっぱい過ごせますようにと願いを込めて飾りつけを行いました。ホールがとても華やかになりました。



今日は楽しい出前の日

軽費老人ホーム ケアハウス せせらぎ荘



軽費老人ホームケアハウスせせらぎ荘では、毎月「お買い物、外食ツアー」のイベントを行っております。1月は、各地でインフルエンザやノロウイルスなどの感染症が流行しているため、感染症予防を考慮し、お出掛けの代わりに「出前の日」という新たなイベントを試みました。鍋焼きうどんや天ぷらそば、カツ丼など、自分の好きなメニューを出前すると、皆さんいつもに増して食欲旺盛で、「たまに出前を取るの也不错いね」や「昔食べたことを思い出すわ」、「次回は刺身が食べたいな」などの声が聞かれ、とても好評でした。

また、2月3日の節分には「豆まき」を行っております。年女の入居者に袴を着ていただき『鬼は外、福は内』と大きな掛け声で、豆まきを行いました。みんなで鬼を退治しましたので、令和2年も入居者、職員一同、元気に過ごしてまいりたいと思っております。

なつかしい歌に合わせてイス体操

デイサービスセンター 館山荘

2月7日(金) 館山荘にて福島県老協協南支部在宅部会「デイサービス職員研修会」が開かれました。館山荘含め県南の9事業所の代表者が集まり近況報告した後、感染症対策や職員の確保・稼働率・レクリエーション活動について他の事業所と意見交換を行い、今後の運営について参考となる充実した研修会となりました。



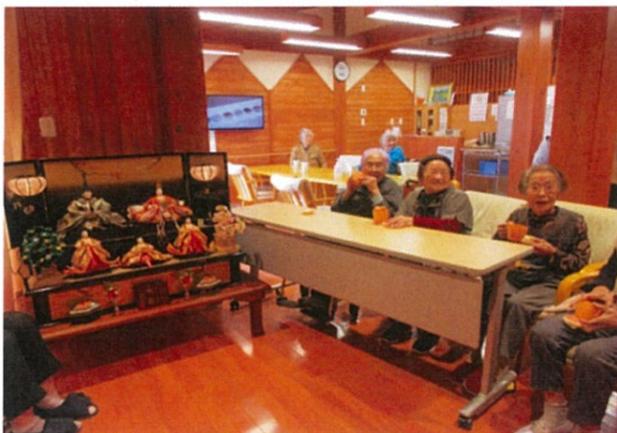
最後に老協協より「口ずさんでイス体操」のDVDが配布されました。昔懐かしい歌に合わせてイスに座ったままできる体操でリハビリにもなり、利用者様全員で口ずさみながら体を動かしています。

ひな祭り、春の訪れ

櫻の苑

櫻の苑も昨年十二月で一周年が過ぎ、入居者の皆さんも櫻の苑での生活に慣れ、毎日のお散歩や余暇活動、毎月のお買い物ドライブ・季節のお花見ドライブ・外食会・各団体の演芸発表会・地域交流会など、さまざまな行事に参加して、自分らしく楽しい生活を送られています。

二月十日(大安)に、春の風物詩ともいえるひな人形を入居者の皆さんと一緒に飾りました。「もう、そんな季節になるのね。」



と、きれいに飾られたお雛様を囲んで、お茶を飲みながら、まるで春の訪れを待ち焦がれているようです。今年も入居者の皆さんが楽しめるように趣向を凝らし、毎月の行事やレクリエーション活動を検討していきます。