

わんぱう

第221号
令和6年12月5日

〒039-2233
上北郡おいらせ町沼端370-1
特別養護老人ホーム百石荘



青森県認証
介護サービス事業

- ①サービスの質の向上を実践している
- ②職場を積極的に育成している
- ③働きやすい職場環境づくりを推進している
- ④地域と交流し、法令を守っている

1月行事予定

年始の会




面会について 予約制

各施設の面会につきまして、一部解除と致しますが、風邪症状のある方は引き続き控えさせていただきます。面会御希望の際は、他の御家族様との時間の兼ね合いもござりますので、**予めお電話にてご予約**いただきますようお願い申し上げます。

ビデオも出来ます!

ラインアプリによる御利用者様の画像・近況報告、ビデオ通話も御利用いただけます。各施設での専用QRコードを読み取り、登録が必要となりますので、御利用されている各施設にお問い合わせください。




謹賀新年

新年、おめでとうございます。
昨年中は皆様からの沢山の支援と御協力を賜り、心より感謝申し上げます。今年も、地域の方々とともに活動し、地域福祉のさらなる向上を目指し、非力ではございますが、スタッフ一同、一丸となって努めて参る所存でございます。本年もどうぞよろしく支援のほどお願い申し上げます。
新しい年が皆様方にとって、心豊かな一年となりますよう、お祈り申し上げます。
令和七年初春 理事長 吉田 朋央



グループホーム あゆみの里

グループホームあゆみの里では、クリスマス会を行いました。クリスマスケーキ、ケーキやお寿司で、皆様大変喜ばれておりました。抽選会も行い、各自出た番号で、お菓子詰め放題を選んで頂きました。早速ジュースやお菓子は午後のおやつで召し上がりました。



特別養護老人ホーム 百石荘

百石荘では、クリスマス忘年会を行いました。今年はお好み焼きとノンアルコールビールで乾杯。ノンアルコールなのに、少しお酒が入ったように、ほんのり頬がピンク色の入居者様もいらっしゃいました。お好み焼きは、いつものメニューと違うからか、とても評判が良く、皆様のお代わりが多かったです。寒い季節に、温かいご飯で、心も体も温まりました。来年も宜しくお願い致します。



ケアハウス百石荘 ゆうゆう庵

ケアハウスでは、12月22日クリスマス＆忘年会を行いました。ビンゴゲーム大会では、皆様狙っている数字が思うようにでず、「あー悔しい…」と声が上がっていました。当たった景品でまた、話が盛り上がり、サンタケーキを食べながら、「楽しかった。満足」と皆様楽しい時間を過ごすことが出来ました。



デイサービスセンター あゆみの里

デイサービスあゆみの里では、収穫祭と忘年会を開催しました。昼食時に収穫した野菜を使用し、豚汁を作り、焼き鳥など提供しました。皆様一年を振り返りながら話しが弾まれておりました。はずれなし賞金入れ大会では、皆様は景品を手に取りながら、ケーキを召し上がるといった、忙しくも楽しい時間を過ごされておりました。



特別養護老人ホーム 阿光坊の郷

特養阿光坊の郷では、12月14日イオンモール下田様が来園してくださり、歌や踊りと楽しいクリスマス会を行いました。サンタ衣装のスタッフの大きな袋に玉を入れていく、クリスマスパーティーの玉入れ、中腰姿勢にべらつき、転ぶサンタ、それを見て笑う入居者様…たくさん笑ったクリスマス会でした。イオン下田様からは、素敵なプレゼントも頂きました。来年も良い年が迎えられるように。



特別養護老人ホーム 阿光坊の郷

年末も近づき、忘年会を兼ねた寄せ鍋パーティーを行いました。今年も女性陣の出番です。大きな白菜や春菊、豆腐しめじなど食べやすい大きさにカットして、たらと肉団子と一緒に盛り付け！お風呂を終えて戻ってきた利用者様も「今日は何の日だ？」などと気分も盛り上がっていました。熱々の鍋を囲み一年を振り返りながら、皆様笑顔で召しあがっておりました。



デイサービスセンター 和花

デイサービス和花では、お楽しみ昼食会でハンバーガーを食べました。普段ほとんど食べることがないハンバーガーをガブリとかじりつき「結構おいしいね」と好評でした。クリスマス忘年会も開催しました。皆様からメイクを施してもらい、職員や飛び入り参加のお父さんもイサバの「かっちゃんに大変身!」たくさん笑っていい1年だった」と喜んでいただきました。



デイサービスセンター たんぽぽ

デイサービスたんぽぽでは、12月クリスマス忘年会を行いました。的当てゲームや、じゃんけん大会など皆様真剣勝負で、沢山の景品を当てられておりました。おやつはフルーツチョコパフェ、寒くても甘くて美味しいパフェは好評!今年一年元気に過ごせた事に乾杯し、来年も元気にデイサービスに通えることを祈りながら、忘年会は幕を閉じました。昨年お世話になりました。本年もどうぞ、よろしくお祈り申し上げます。



たんぽぽのリハビリ

たんぽぽのリハビリでは、体を動かす運動以外にも、色塗りや季節の飾り作り、手作業にも力を入れています。クリスマスリースや正月飾りは、利用者様に飾りを選んで頂き、デザインを考えて頂くなど頭も一緒に使いました。干支作りも細かい作業なので、お互い声を掛け合いながら行っております。





有料老人ホーム あゆみの里

は、12月24日クリスマス忘年会を行いました。スタッフや入居者様もクリスマスマスの衣装や飾りを身に付け楽しみました。紙に描かれたツリーの点数を目指して玉を投げ、高い点数に玉が行くと大興奮！皆様に、景品のお菓子を喜んで頂きました。真っ赤なお鼻のトナカイなど歌を歌い、手作りプリンアラモードで今年を締めくくりました。本年も宜しくお願い致します。

有料老人ホーム/マイペース ガーデンプレイス おいらせ

ガーデンプレイスおいらせでは忘年会を行いました。あつあつおでんを食べさせるゲームなど、昭和のコント感に皆様大笑い。おしるこ、干し柿入り大根なますと、一足早く正月気分を味わいました。白で、もちつきも実施し「よいしょ」の掛け声で、美味しいお餅が出来上がりました。また、まゆ玉作りや巳年の絵馬作りと、入居者と一緒の正月を迎える準備をしました。新年も入居者とともに、楽しい日々を過ごすことが出来るようスタッフ一同頑張ります。本年もよろしくお願致します。

イリフティング

百石荘では、新たな車イス6台を準備しました。

従来の車椅子は跳ね上げ式ではない為、利用者様の身体を持ち上げなければなりません。利用者様も、私達スタッフも身体に力が入ってしまう為、大変でした。今回の車イスは、肘掛け部分(アームレスト)が上に跳ね上がり、足を乗せる部分(フットレスト)が両側へ開くことでベッドへ横付出来て、乗降時持ち上げせずに楽に移動する事が出来るようになりました。

前回紹介した移乗ボードを活用することで、更により楽に移乗する事が出来ます。入居者様からも、スタッフからも、移乗時が楽になったと声が聞かれています。

スタッフの声
今月は
厨房スタッフより

川口美樹さん

子供を預けている保育園の先生からお話があり、働かせていただくことになりました。

***この仕事で感じたことは？**
今日できていたことが、明日にはできなくなるという事を目にします。自分はそうならない様、仕事を頑張っていこうと常に思っています。

***リフレッシュ方法**
違う内容の仕事をする事。自分のリセットとリフレッシュが行えます。

社員募集

百石荘・たんぽぽで働こう！
社会福祉法人入瀬会
0178-50-1055



認知症一口メモ No.11 ◆軽度認知障害について◆

認知症の前段階といわれる軽度認知障害(MCI)とは、健常者から認知症患者に移行するグレーゾーンの状態です。認知機能の低下が始まっているものの、食事やお風呂、着替えといった日常生活には問題が出ていない状態で、本人や家族も気づかないケースが多いようです。

この状態になると、年平均で10%ほどがMCIから認知症に症状が移行し、約半数は5年以内に認知症を発症するといわれています。この時点で、早期発見することが重要です。

●一般的にMCIの兆候として●
「物忘れ」「小銭が増える」「取り繕う」「短時間で同じ質問が増える」といった言動が見られます。

日常生活では簡単な計算ができなくなります。これが「小銭が増える」原因で、買い物をした際に計算できないので、小銭ではなくお札で払うケースが増えるのです。また、1週間の間に2回以上同じ商品を購入していたら要注意。スーパーに行った事は覚えているけれど、何を買ったのかを忘れてしまうのです。同じく、誰かに会ったことは覚えていても、誰に会ったのかを忘れてしまいます。

この時期に適切な対処をする事により進行を遅らせたり、正常な状態に戻ることもあります。気になる方は主治医や包括支援センター等に相談する事をお勧めします。

食品と健康

冬は、風邪・インフルエンザ・コロナウイルスが流行する季節です。こんな時期こそ体の内側から免疫力を高めておきましょう。

野菜の上手な食べ方

寒い季節は野菜の摂取量が減り、栄養不足になりがちです。野菜は水に浸けたり、油を少し使ったりすることで、栄養が吸収されやすくなります。

冬の定番 鍋料理

肉や野菜、魚介類を一度にたくさん摂取できる鍋は、冬の定番料理です。野菜は水に浸けたり、油を少し使ったりすることで、栄養が吸収されやすくなります。

事業所紹介 居宅介護支援事業所 在宅介護支援センター たんぽぽ

◆居宅介護支援事業所は、介護度のある方を対象にケアプラン作成をはじめとする相談を通じ、安心した暮らしが送れるよう支援する事業所です。現在5名のケアマネージャーが在籍しています。

◆在宅介護支援センターは、おいらせ町の委託事業で、高齢者の総合相談窓口です。介護の相談だけでなく、高齢になっても元気で過ごせるように地域での活動もサポートしています。また、不安に感じている事やご近所の介護相談なども、ぜひお気軽にいらしてください。

〒039-2233 青森県上北郡おいらせ町沼端 370-1
☎ 0178-50-1056/FAX 0178-50-1057

**ご相談・ご見学は
お気軽にご連絡下さい**

発行 特別養護老人ホーム百石荘

電話 0178(50)101010
FAX 0178(50)101010
E-mail tanpopo@momoishiso.or.jp
http://www.momoishiso.or.jp

編集後記

新年おめでとうございます。今年も心温まる記事や分かりやすい情報を発信していきたいと思っています。本年もどうぞ、宜しくお願い申し上げます。皆様にとって今年一年幸運な年でありますように。

編集 石川 香織

あゆみ地域子育て支援センター紹介

子どもの笑顔は地域の宝

おいらせ町より、地域子育て支援拠点事業の指定を受け、活動を展開しています。育児に関する不安や心配事など一緒に考え、共に分かち合い楽しく子育てできるようにお手伝いします。いつでもお電話ください。

お問い合わせ
幼保連携型認定こども園
あゆみ保育園
☎ 0178-52-2206
受付: 鈴木、小向

幼保連携型認定こども園 錦ヶ丘保育園

裏山にバナナトラップをしかけて親子でカブトムシ採集をしました

広々とした季節を感じられる自然でのびのびと走り回り、どろんこ遊びをしたり、お花を摘んだりできるのも錦ヶ丘保育園ならではの特色です。

お問い合わせ
〒039-2173 青森県上北郡おいらせ町瓢 165-32
電話 0178(56)4051/FAX 0178(56)4212