

しょうふう苑

発行元：
社会福祉法人 紀伊松風苑
編集：
広報誌作成委員会
編集長：
総施設長 横山 マリコ
TEL 073-455-3676
FAX 073-455-5311

第 75 号
2020.4



目次

- P1 表紙 松風苑植物マップ
- P2～3 しょうふう写真館
- P4 頭の体操
- P5 医務室でーす キッチン松風
- P6～7 すき間体操
- P8 新型コロナウイルス(施設での対応について)
- P9 ベトナム留学生
- P10～11 そのべの丘だより
- P12～13 デイサービスだより
- P14 グループホームだよりなるたきのさと
- P15 グループホームだよりひだまりの家
- P16 行事予定 編集後記

社会福祉法人
紀伊松風苑

ふれあい作品展



写真館 しょうふう



クリスマスツリーの飾りつけ



クリスマス

甘い物を前に皆さん
とっても笑顔です 😊



チョコレート フォンデュ



甘くておいしい〜。

もちつき



よいしょ!!



今年のおせち



おいしいで〜。



獅子舞い



痛いよ〜😭



恒例の出初式!

職員による
ちよっとお楽しみ♡

フルーツ串ざし

とっくりもってます。



もう少し



バケツまわしています。

「アレルギー性鼻炎について」



看護師

森本 彩香

アレルギー

性鼻炎とは、鼻の粘膜に入った異物を排除しようとする反応が過剰に起こり、主に鼻水、鼻のかゆみといったアレルギー症状が続く状態をいいます。アレルギー性鼻炎は、年間を通して起こる「通年性」と一定の季節に限り起こる「季節性」の二種類に分けられます。通年性の主な原因で多いのはダニで、季節性のほとんどはスギやヒノキなど花粉が原因です。アレルギーを起こす原因物質を「アレルギー」といいます。アレルギーが鼻に入ると、くしゃみや鼻水という症状でアレルギーを外に出そうと働きます。このように、アレルギー性鼻炎のくしゃみや鼻水はアレルギーが入らないようにする一種の防御反応として起こっていると考えられています。アレルギー性鼻炎の診断は、問診、鼻鏡検査、

血液検査などを行い、得られた情報などと組み合わせて診断されます。治療法としては、薬物療法、特異的免疫療法、手術療法があります。

〈日常生活の中でできる

3つの対策〉

①帰宅後のうがい、手洗い、洗顔、こまめに部屋を掃除するなど意識的に花粉対策を心がけ、できるだけ部屋の湿度を50%、室温20〜25度に保つようによしましゅう。

②高タンパク、高カロリー、高脂肪食は、アレルギー体質を促進させるといわれているため、食生活の見直しやバランスの良い食事をとりましょう。

③外出時にはマスクや帽子や眼鏡を着用し、帰宅時には花粉を体から払い出しましょう。清潔な環境づくりがアレルギーの除去に最もつながります。

キャベツのいろいろ



調理員

金輪 喜代美

キャベツには、春キャベツと冬キャベツがあり、春キャベツの

特徴は、巻きがふつくらとしていて柔らかくみずみずしいのでサラダなど生食に適しています。冬キャベツの特徴は、巻きがしっかりといて炒め物などの加熱調理に適しています。

キャベツの栄養成分は、緑の濃い外側の葉には、ビタミンA、芯に近い白い葉にはビタミンCが含まれています。

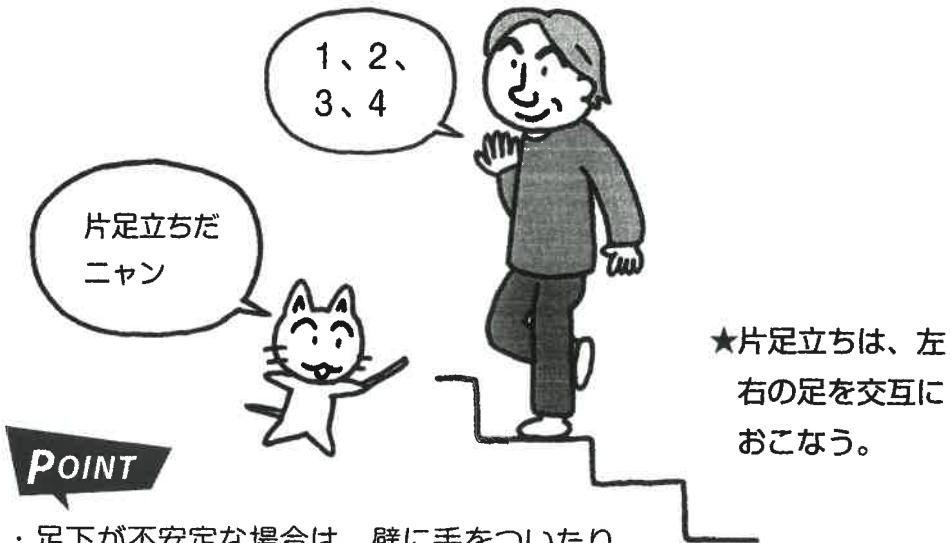
ビタミンCは、水溶性ビタミンで水にさらすと溶けてしまうので効率よく摂取するならば生で食べるのがオススメです。また、ビタミンCは、胃粘膜の修復に作用し荒れた胃の粘膜を正常に整える働きがあります。

豚カツには、千切りのキャベツがよく合います。しっかりキャベツを食べる事で、豚カツの脂っぽさを胸やけを起こす事も少なくなります。

胃が弱っている時には、積極的にキャベツを食べると効果があります。

ぜひ、この時期にしか食べれない春キャベツをおいしく味わい尽くしましょう。

② ①ができれば上る段数を増やす。「1、2、3、4」で2段上って、「1、2、3、4」と今度は片足立ちをして、また「1、2、3、4」で振り返らずに下りる。



POINT

・ 足下が不安定な場合は、壁に手をついたり手すりにつかまっておこないきましょう。

➡ 昼のすき間体操

1段を上り下り

ももとふくらはぎの筋肉を強くする階段の上り下り。毎日少しずつ、日々積み重ねていくと、足腰が鍛えられ、長い階段を上るのも楽になります。

動き方

- ① 「1、2」で1段上って、「3、4」でつま先立ちをし、「5、6」で振り返らずに1段下りる。





新型コロナウイルス感染症、 施設での対応について

中華人民共和国湖北省武漢市において、昨年12月以降、新型コロナウイルス感染症の発生があり、和歌山県でも2月13日に市内在住の方が陽性となって以降、全国的に感染者が増え、いつ、どこで、誰から感染したかわからない感染例が報告されています。そして、世界のあちこちで医療崩壊やロックダウンが始まり、今尚、各国で感染者や死者が増え続けています。

感染症対策からマスクやアルコール消毒液などが不足し、県内外でも手に入らなくなり、当苑でもこの状況がいつまで続くかわからないので在庫が底をついてしまわないか心配しています。

当苑では、インフルエンザ・ノロウイルスなどの感染症が流行する季節より前に全職員のマスクの着用の徹底、37.5℃以上の発熱があれば解熱日を含まず、翌日より2日間の出勤の停止など取り組んでいます。

新型コロナウイルス感染症拡大防止対策としては、全職員の各自出勤前の検温を徹底し、委託業者等についても玄関などでの物品の受け渡しをお願いし、どうしても施設内に立ち入る必要がある場合については、手指消毒とマスクの着用と検温などの体調の確認を行い、体調不良の訴えがあった場合は、入館を断るようになっています。

面会についても、感染経路の遮断という観点で緊急やむを得ない場合を除き面会をお断りさせて頂いています。ただし、LINE等のビデオ通話を使っでの利用者様との面会の対応をさせて頂きしますので、ご希望の方は、紀伊松風苑事務室までお電話にてお知らせ下さい。

一日も早くこの事態が終息し、世界中に平穏な日常が戻ることを願います。





2016年10月にベトナムから来日し、YMCA国際福祉専門学校で学び始めた3名の女子留学生は、学校と当苑で日本語や介護を学びながら、介護福祉士の国家試験に晴れて合格し、2020年3月、YMCA国際福祉専門学校を卒業、4月から当苑の介護職員として働き始めます。



※A ベトナムに赴き、彼女たちに介護の仕事を紹介し和歌山に招致した当苑施設長(右)フロアで彼女たちを母のようにお世話してくれました当苑職員(左)

目標や頑張りたいこと

ファミティム

学校での勉強の知識を現場で活かし、介護技術やコミュニケーション能力の向上に努め、日々の仕事をコツコツと頑張っていきたいと思います。

ファミティハー

皆さんの期待にこたえられるように、これからも毎日を大切にして精いっぱい頑張りたいと思います。

テンティニヤイ

学校で学んだ知識や技術を身につけて利用者を支援したいと思います。利用者をしっかり見てその人、その人のペースや想いに沿った対応・会話を心掛けようと思います。たくさんの利用者がいらしても利用者は一人ひとり違う人間だから。

利用者の心身の健康を支え、言葉遣いをていねいにするなど、利用者の尊厳を守って支援することが目標です。

秋のランチ “四郷カフェ”へ



串柿の里にも立ち寄りしました。

おやつ作り

どら焼き



あんこを
包んでいます。



完成!



寄せ植え

キレイでしょう?



小規模多機能型ホーム



紀伊松風苑 そのべの丘だより

防災訓練



防災クイズで勉強しました。



避難誘導

毎月恒例の

音楽療法



ストレッチ



発声練習

音楽療法とは

音楽を聞いたり、演奏したりする際の生理的、心理的、社会的な効果を応用して、心身の健康の回復、向上をはかる事を目的としています。

毎月1回、音楽療法士の先生が来てくださりみんなで歌を唄ったり、楽器を弾いたり、歌詞について話し合いながら、思い出話に花を咲かせています。

歌が苦手な方も、手遊びや体操等、交えながら行うので、大変好評です。



デイサービスの
菜園

みんなで作って、みんなで食べました
収穫祭

キャベツ



スナップエンドウ



レモン



おやつにお好み焼きをして
召し上がって頂きました



白菜



レモンティー



クッキングで
はちみつレモン
マドレーヌを作りました

料理療法

料理療法で
八宝菜に変身



白菜を切って



スープに玉子を入れて



できあがり

初もうで



今年も良い年に
なりますように



今号のきらっきらさん

新しい
マシンも入り、
みなさんリハビリに
力が入ります



歩幅を大きく
する訓練
ガンバレ~



男性もがんばって
まーす!

デイサービスの
菜園

みんなで作って、みんなで食べました
収穫祭

キャベツ



スナップエンドウ



レモン



白菜



レモンティー



おやつにお好み焼きをして
召し上がって頂きました



クッキングで
はちみつレモン
マドレーヌを作りました

料理療法

料理療法で
八宝菜に変身



白菜を切って



スープに玉子を入れて



できあがり

初もうで



今年も良い年に
なりますように



今号のきらっきらさん

新しい
マシンも入り、
みなさんリハビリに
力が入ります



歩幅を大きく
する訓練
ガンバレ~



男性もがんばって
まーす!

デイサービスだより



X'masの茶話会

忘年会

太鼓で幕開け



職員の尻相撲は
迫力満点!!



中西様のハーモニカ
癒されました



お食事も最高



二人羽織
たのしがった



変装!
阪神応援!!

お正月の準備大忙し!



力強いね!!

干支づくり

今年は100才に
なります



寄せ植え

もちつき



馴れた
手つきで
上手ですね



かわいくできました♡

カレンダーづくり



グループホーム
紀伊松風苑

なるたきのせと

ラン伴和歌山



第3走者へつなぎます



出発です



最終ランナーにつなぎます



ゴール!!

レーしながらひとつのタスキを繋ぎゴールを目指すイベントにGHの入居者様と職員メン四天王近くまでタスキを繋ぎ、その後は次の施設へと引継がれました。走者も



ふれあい作品展にて
クリスマス会



根来寺にて



ハイ!チーズ!



手作りケーキに挑戦!



十日戎



初詣

グループホーム
紀伊松風苑

ひだまりの家

ラン伴和歌山



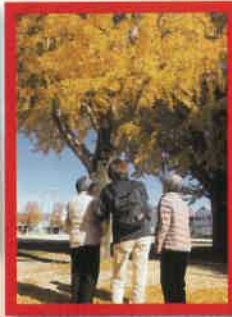
次の走者へつなぎます



第2走者スタート!!

いよいよスタートです!

認知症の人と伴に生きる社会を目指し、高齢者や支援者、一般の人が全国各地で参加しました!!ひだまりの家をスタートし、なるたきのさと経由、さつまラー
応援者も1つのチームとなり盛り上がりました★



もみじ狩り



忘年会

相撲取りで盛り上がりました!

二人羽織では大変なこと!!



初詣



新年会は
鍋パーティをしました

新年会



しょうふう75号 特別養護老人ホームの行事予定です

令和2年4月の行事予定

桜まつり
法要
お好み食事会
地域交流会
機能訓練

音楽療法
ショッピング
喫茶「ひとやすみ」
お出かけタイム

令和2年5月の行事予定

入苑者健康診断
母の日
喫茶「ひとやすみ」
お好み食事会
法人役員会
機能訓練

音楽療法
法要
遠足
お出かけタイム
ショッピング

令和2年6月の行事予定

音楽療法
法要
お好み食事会
ショッピング
機能訓練

父の日
喫茶「ひとやすみ」
お出かけタイム

令和2年7月の行事予定

七夕祭り
法要
お好み食事会
地域交流会
機能訓練

音楽療法
喫茶「ひとやすみ」
お出かけタイム
ショッピング

編集後記

徐々に暖かくなり、桜も葉桜へと姿を変え、季節は穏やかに移り変わっています。

それとは裏腹に世界を震撼させているのが新型コロナウイルスです。日本でも緊急事態宣言が発令されました。

不要不急の外出は自粛する様にとの事で私も休日は自宅で過ごしています。そんな中、自宅にずっといるとなると、ストレスも溜まるかと思えますが、家で出来る事でストレス発散をしてこの事態を皆さんで乗り切れたらと思います。私はその一環として休日には料理をして過ごしています。自分の好きなものを作ってお腹いっぱい食べるとストレス発散になります。

利用者様もニュースでご覧になられ、心配されています。利用者様が暗い気持ちにならない様にしっかりとコミュニケーションを取り、明るく安心してお過ごしいただけるよう努めてまいります。

一刻も早く事態が終息し、平穏な日々が戻ってくる事を祈るばかりです。

介護職員 村上 沙也加

♪次回第76号は令和2年8月発行予定です。どうぞおたのしみに♪

社会福祉法人 紀伊松風苑

〒640-8483 和歌山市園部1668番地の1
TEL 073-455-3676
FAX 073-455-5311
<http://www.kii-shoufuen.jp/>

特別養護老人ホーム
ショートステイ
デイサービスセンター
ホームヘルプサービス
居宅介護支援事業所
和歌山市地域包括支援センター有功
第2層生活支援体制整備事業
救護施設 かつらぎ園
グループホーム紀伊松風苑 なるたきのさと
グループホーム紀伊松風苑 ひだまりの家
小規模多機能型ホーム紀伊松風苑 そのべの丘
まつかぜ保育園
なるたきのさとオレンジカフェ

