

まほろば 新聞 3月号

第 108 号

平成 31 年 3 月 1 日 発行 まほろば 本社
〒496-0834 津島市南本町二丁目1番地 電話 0567(22)5766

今年は例年になく寒さが和らぐ日々が続きました。日差しもたくましく、また日も長くなり、梅や花桃のつぼみも膨らみ始め、春の到来を感じることができます。まほろばでは、各施設ごとに春の季節にあわせた行事をご用意いたしましたので、お楽しみください。

～『まほろば』の意味をご存知ですか？～

ご利用者様から、いつもお声かけ頂く『まほろば』

実は、辞書で調べると「素晴らしい所」「住みやすい所」という意味の日本の古語です。漢字で書くと

《真秀等間》～まほろば、まほらま、まほらばと読めるそうです。

また古事記の中に、ヤマトタケルの望郷・臨終の歌として「倭は国のまほろば、豊なづく青垣 山隠れる倭し麗し」⇒意味としまして、

「大和（奈良）は国のなかでももっとも良いところだ。重なりあった青い垣根の山、その中にこもっている大和は、美しい」という一節があります。たくさんの介護施設がありますが津島ケアセンター、愛宕ケアセンター、大当郎ケアセンター共に介護施設をご利用されたことのない方が、不安いっぱいな中で初めて利用された時、「いい所じゃないか」と思って頂けるように・・またいつもご利用されているご利用者様が、「いつ来てもいい所だ」と思って頂けるような、そんな施設を目指しております。

信頼と安心 まほろば

訪問看護ステーションまほろばからのお知らせ

平成 30 年 10 月 1 日に開設し、皆様からの御指導・ご鞭撻を頂きながら、5 か月過ぎました。訪問看護は看護師がご自宅へ伺うサービスです。安心して在宅療養して頂けます。

電話番号：0567-31-7878

実施地域：津島市、愛西市、あま市、稲沢市、弥富市、大治町、蟹江町、名古屋市中川区

営業日：月曜日～金曜日 9:00～18:00

定休日：土、日曜日、年末年始（12/30～1/3）

まずはお気軽にお問い合わせ下さい！

管理者 高橋宏明

食レク《五平餅》



五平餅のタレが好評でした♪

津島デイサービス

理学療法士・柔道整復師が機能訓練します。

食レク《抹茶ホットケーキ》

抹茶とあんこの相性抜群♪



『節分』



今年も鬼たちがまほろばに！皆で掛け声合わせて豆まきました♪

書道教室



熱心に取り組まれています！

独唱服部様

皆で大合唱！



オカリナ

素晴らしいハーモニーでした♪



2月のお誕生日の方
おめでとうございます。

「手作り」にこだわる 「食材」にこだわる 「味」にこだわる 厨房からです。

3月号

2月の行事食

2月18日(月)

津島開設記念膳でした。
赤飯は、みんなが美味しく食べれた。カレイの唐揚げみぞれかけは、魚も美味しくおろしもふわふわで良かった、茶碗蒸しが温かく味も良く美味しかった、と言って頂けました。
一方で、カリフラワーはお口に合わない方が何人かいらっしゃった、とのご指摘も頂きましたので、今後に活かしていきたいと思ひます。

管理栄養士 岸本 久恵



2月7日(木)

季節の御膳では、全体的に濃いめの味付けだったとのご意見も頂きましたが、ねぎとろ丼はあまり家で食べる機会がないので良かった、茶碗蒸しは具材が多く大変おいしかった、と言って頂きました。

～3月の行事食について～

3月1日(金) ひな祭ちらし

ネギトロ・しらすを使った「ひな祭りちらし」です。他には、煮物や和え物をご用意しております。

○マグロの栄養

マグロの赤身には、タンパク質が豊富に含まれています。タンパク質は、筋肉・内臓・皮膚・爪・毛髪などの体をつくるために欠かせない栄養素です。また、マグロには脂肪分が多く含まれていますが、それは良質な脂肪分でコレステロール値を下げる働きや、血液をサラサラにする効果もあります。

3月18日(月) オムライス

・ケチャップライスのオムライスです。
他には、エビとナスの南蛮風や切干大根のサラダをご用意しております。詳しくは、お品書きをご覧ください。

*オムライス ケチャップの効能

オムライスやピザ、パスタなど洋風料理によく使われるケチャップには、トマトの特徴ともいえる栄養成分リコピンが含まれています。ケチャップはトマトを濃縮しているので、さらに含有量が高くなります。リコピンには、脂肪細胞の働きを抑える作用があるため体内に脂肪が蓄積するのを防ぐ効果があります。

栄養士 尾崎 友代

津島ショートステイ

毎日看護職員がいて機能訓練もできます。
希望者は毎日入浴できます。

食レク

バレンタイン♥マフィン

自分へのご褒美に

チョコレートを使用したお菓子を作り、とても美味しくいただきました！(笑)



作業レク



バレンタインにちなんで
ショートステイ内は

ハート♥

で

いっぱいです！

お誕生日
2月 おめでとうございます！



愛宕デイサービス ボラ「習字」

常勤の作業療法士が
機能訓練します。

ボラ「ひばりの会」



今月の衣装も素敵です。

ボラ「つばきの会」



二人の息もぴったりです。



男性も女性も真剣です。

食レク「カスタードパフェ」

たこ焼き器で上手に丸くできました。



食レク「芋きんとん」



ボラ「琴吉会」



司会も楽しみの1つです。



パン教室「メロンパン」



2月のお誕生日の方

おめでとうございます。



こんにちは、ケアマネです。

今回は高齢者に多い症状の一つ誤嚥性肺炎について解説をします。

誤嚥性肺炎とは？

細菌が唾液や胃液と一緒に肺に流れ込んでしまうことで起こります。健康な状態であれば食べ物や飲み物が気管に入ってしまう、むせても「ケホケホ」と咳き込むことができますが、吐き出す力が弱くなると自分で上手く出すことができなくなります。食べ物や飲み物による誤嚥の他、夜寝ている間に口の中で繁殖した細菌が気管に入ってしまうこともあります。

誤嚥性肺炎を予防するには？

誤嚥性肺炎の最大の原因は、**飲みこむ力が落ちたこと**です。まずは食事での誤嚥を防ぐことが第一ですが、口腔体操や嚥下リハビリなどで嚥下機能の回復をすることや、細菌の繁殖を防ぐための口腔ケアや入れ歯の消毒などで予防をすることが可能です。高齢者の肺炎の場合には目立った症状がみられず、重症となってしまうことも多いです。まずは誤嚥性肺炎を起こさないようにしっかりと予防をし、少しでもいつもと違う症状がみられたら早期受診をするようにしてください。

お困りのことなどございましたらご相談ください。

＜当社事業所＞

津島：0567-22-5766
(管理者：金田)

愛宕：0567-55-9596
(管理者：保木（ホキ）)

大当郎：052-364-7706
(管理者：服部)

訪問介護ステーションまほろばです。

訪問看護ステーションと連携して介護することができます。

■老人と便秘症

老人は一般に年齢を重ねるにしたがって、さまざまな原因が重なりあい、その結果として便秘が増えるといわれています。高齢になるにしたがって、歯が弱り、かつ消化力も劣ってくるため、軟らかくて消化のいいものだけを食べるようになります。さらに、食べる量が少なくなることも加わって、便の量自体も減り、弛緩性便秘になりやすくなります。腸の蠕動運動の起こり方も弱くなり、腹筋が弱っているため排便のためにいきむ力も弱くなり、同時に血行も悪くなり腸管の運動も低下、よって便が溜まりがちになります。

○愛宕ケアセンターまほろば TEL 0567-55-9596

サービス実施地域： 津島市・愛西市・稲沢市・あま市

○大当郎ケアセンターまほろば TEL052-364-7701

サービス実施地域： 名古屋市中川区・港区・蟹江町・大治町

サービス提供時間： 7：00～ 22：00

(時間外でもご相談ください)

土・日、祝祭日も、訪問させて頂きます

有料老人ホーム

24時間介護職員常駐

外出レク「お買い物」

3月も外出レクを催します。今度はお花見に行きたいですね！



暖かくなって外出しやすくなりましたね。



日射しが眩しい～！ですね。



＜店内散策中！＞



100円で人形が売られていることに驚かれていますのですよ…



『食事がおいしい』まほろばの老人ホームの空きは残りわずか！

自社の訪問看護があります。医療行為の必要な方、ご相談ください！



ご利用料金・部屋状況など、お気軽にお問合せください。＜完全個室＞

施設名：大当郎ケアセンターまほろば
場所：名古屋市中川区大当郎二丁目1108番地
設立：平成24年8月

お問い合わせ ☎052-364-7701
担当：稲井・佐藤

節分＜豆つかみ＞

大当郎デイサービス

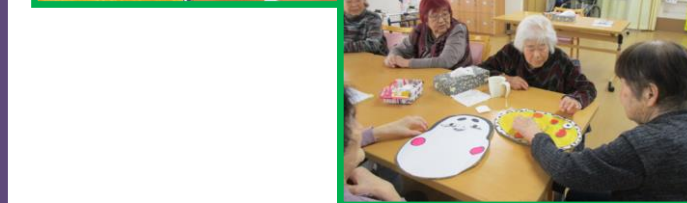


定員23名。家庭にいるような雰囲気、過ごして頂いております。



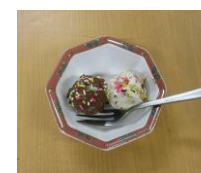
2月3日は節分でした☆
みんなで大豆つかみに挑戦！！
なかなか難しいですね♪

【ちよつと空いた時間に…】



お風呂の待ち時間、食事とレクの間の時間に、お好みに合わせて、皆様に楽しんで頂いております。

食レク「スウィートチョコボール」



生地にチョコをコーティングして頂きました♪

2月お誕生日の方



おめでとうございます！