まほろば 新聞 11 月号

第 128 号
令和２年11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

１０月は各施設で『運動会』を開催し楽しんでいただけました。詳しくは各施設でご案内させていただきますのでご覧ください。今回はご好評頂いております「食レク」を以下の通りご案内いたします。【食欲の秋】と文字通り、まほろばでは、「おいしい食事」、「食レク」、「パン教室」などをご用意しましたので、皆様のお越しをお待ちしております。

『まほろば』の食レク

【津島ＤＳ～五平餅】

香ばしい香りが食欲をそそります。

【愛宕ＤＳ】リンゴ栗きんとん

つぶして丸めて、甘さ控えめなきんとんの完成！「川上屋さんみたい！」と絶賛！

【大当郎ＤＳ】南瓜白玉の黒蜜かけ

浮き上がってきたらすくい上げ黒蜜をかけたら完成☆

【訪問看護ステーションまほろば】

インフルエンザとコロナが流行しやすいと言われる時期になりました。現時点でわかっている相違を述べていきます。
①インフルエンザの方が関節痛、高熱など急激な症状が出現する
②インフルエンザの方が感染してから発症するまでの潜伏期間が短い
と言われてます。しかし実際は症状が出にくい場合もあり、また複数感染するケースもあるため、咳が続く、発熱があるなどの場合は鑑別のためにも受診することをおすすめします。
またどちらも呼吸器系から感染することが判明しているため、手洗い、うがい、マスク、また発症を抑えるため免疫力を高めることが感染しない、感染させないために重要となります。
季節の変わり目であり、皆様ご自愛くださいね。

管理者：髙橋　宏明

津島デイサービス

カラオケ・リハビリ体操で盛り上がっています。常勤の作業療法士が機能訓練をします

《運動会》

【玉入れ】

職員の引っ張るかごに玉を入れます。皆さん必死です。

【玉送りゲーム】

お玉のボールを隣の方に落とさないよう渡します。

【ロープウェイゲーム】

筒をロープに通していきます。焦ってなかなかつながりません

《パン教室：かぼちゃあんパン》

皆さん大好きなかぼちゃあんパンです。甘くておいしいと好評でした。

制作活動

かわいいハリネズミを作りました。

おめでとうございます。

10月のお誕生日の方

「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。

11月号

10月の行事食

10月8日はかつ丼や白桃のゼリー、大根と厚揚げの生姜煮を提供させていただきました。
かつ丼のカツがやわらかく美味しかった。ゼリーもピンクで可愛く美味しかったとご好評でした。

10月20日はマグロのカツや茶わん蒸しもみじ麩のお吸い物などでした。マグロカツはやわらかく美味しかった。お吸い物などもみじの麩が秋らしく良かったとご好評でした。

～11月の まほろば御膳 について～

11月4日(水) 白身魚や舞茸・南瓜の天丼やカニの身入りの酢の物、さっぱりとした洋なしのゼリーなどをご用意しております。

11月27日(金) それぞれ種類の違う、3種のいなり寿司や豚の角煮、りんごのゼリーなどをご用意しております。また、両日とも人気の茶碗蒸しが付きますのでぜひ、まほろばでご賞味くださいませ！

◎舞茸
マイタケは食物繊維を多く含んでおり、便秘を解消し不要なコレステロールの排出してくれます。さらに免疫効果を高めるβグルカンを多く含み、栄養補給としてすぐれた食品です。キノコ類には多糖類であるβグルカンが含まれていますが、MDフラクションというマイタケだけに含まれるβグルカンには、細胞性免疫（マクロファージ、NK細胞、T細胞、樹状細胞）を活性化し、強い抗腫瘍作用があることがマウス実験で証明されました。他のキノコ類に含まれるレンチナンというβグルカンと比較して2倍以上の抗腫瘍効果が確認されています。さらに臨床試験で、インフルエンザ感染を抑制する効果も認められています。ひょっとすると今回の新型コロナウィルス感染抑制にも効果があるかもしれません。
◎いなり寿司
いなり寿司は、古くは江戸時代より食べられており、庶民の食べ物として親しまれてきました。見世物小屋等が立ち並ぶ歓楽街で、小腹がすいた人向けに箸で、若しくは素手で簡単に食べられるということからファストフード的な位置づけとして広まっていきました。地域によって特色があり、東は濃い味で四角形。西は薄味で三角形という傾向があります。
四角は米俵、三角は狐の耳を模しており、豊穣の神様である稲荷神社に倣いそうなったと言われています。

津島ショートステイ

毎日看護職員がいます。
機能訓練指導員が機能訓練をし、入浴も毎日できます。

今月の作品

(秋)動物達が過ごす秋の様子を表現してみました。
お猿さんは温泉に入っています。
材料はすべて包装紙です。

～ハロウィン～

かぼちゃの表情は各利用者様のセンスにお任せしました。

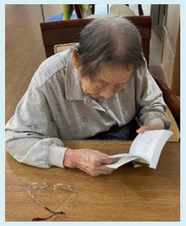
～コスモス畑～

色とりどりのコスモスがエレベーターの中で満開です。

「日中のご様子」

ハサミを使って職員のお手伝いをして下さる方もみえます。

いつもの数字合わせパズルを横向きでされる方もみえます。



熱心に読書をされている方もみえます。

10月のお誕生日の方

おめでとうございます。

愛宕デイサービス

１階と２階にフロアがあります。賑やかで笑顔いっぱいの雰囲気です。理学療法士２名が機能訓練をします！

≪ 作品作り ≫

【ガーベラ】

季節の変わり目ですが、玄関にはいつもきれいな花が咲いていますよ。

【運動会】

十二支が競技に参加！ご自分の干支探しにご利用者様が足を止めています。

【ハロウィン】

お部屋中にお化けやかぼちゃを飾りました。来年は職員全員仮装計画です！

運動会

運動会を行いました。パンすくい競争・ロープウェイゲームを行いました！競うゲームは皆さん白熱しますね。紅白のハチマキもとっても喜ばれましたよ。

『貼り絵』

機能訓練室に、ご利用者様に作成して頂いた素敵な貼り絵を掲示しました！！一緒にリハビリ頑張りましょうね！

新しいレクのご紹介

「箱の中身は何だろな？」手先の感覚に全集中～！スタッフのいたずら心が入ってます♪

１０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。

宅配弁当を利用したことはありますか？
高齢者向けとしても年々需要が増えてきています。
買い物へ行くことが難しくなり食事の用意ができない方や短期間の利用など状況に合わせて利用ができるのでお勧めです。

【宅配弁当のメリット】
① 自宅に届けてくれる
・希望する日に自宅まで届けもらえる。
・手渡しをすることで見守りや安否確認を行うことができる。
② 栄養バランスの良い食事が摂れる。
・食事形態を選択できたり栄養制限に合わせたメニューがある。
・日替わりのメニューでカロリー計算がされているので安心。

「食事」は毎日の生活の楽しみの一つですね。
日々の食生活に気を付けていくことで健康長寿を伸ばしていきましょう！

＜当社事業所＞

津島：0567-22-5766	愛宕：0567-55-9596	大当郎：052-364-7706
管理者　金田	管理者　寺西	管理者　服部

訪問介護ステーション まほろばです。

■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、腹筋が弱っているので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。
　排泄介助ができない、辛いということがあれば、訪問スタッフへお伝えください。ケアマネージャーと連携して対応を検討いたします。

愛宕ケアセンターまほろば TEL 0567-55-9596
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
サービス実施地域：　津島市・愛西市・あま市
担当：平井、加藤

有料老人ホーム

住宅型有料老人ホーム
20室。ゆったりとした
時間をお過ごしできます。

名古屋市中川区大当郎にあります有料老人ホームです。待望の空室ができました。ご見学のご予約をお受けいたします。
お気軽にお問い合わせください。

看護職員が365日
滞在しています！

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！

残り
１部屋！

【お部屋】

お部屋は広々18㎡！完全個室！
居室内にもトイレがあります。
またエアコン、クローゼット、ナースコール
テレビ、イス、テーブルも完備です。

【共有部】

１階食堂

談話ｽﾍﾟｰｽ

浴室

【買い物レク】

買い物レクや外出レクを定期的に開催しています。コロナウィルス感染対策のため見合わせています。今出て感じる外せない

『大当郎訪問介護』

ご自宅へ伺い
　○身体介助（食事、入浴、排泄など）
　○生活援助（掃除、洗濯、買い物など）
の介護サービスを提供します。
住み慣れたご自宅で暮らせるように、生活の支援をいたします。
ぜひご利用ください。
施設名　：大当郎ケアセンターまほろば分室
場所　　：名古屋市中川区大当郎二丁目 1501 番地
　　マリポーサ上田１階
電話番号：052-364-7720　　担当　佐藤・伊藤

大当郎デイサービス

作業療法士 ３ 名、理学療法士
１名が機能訓練をします。

『運動会』

大当郎運動会を開催！！
玉入れ・ピンポン玉運び・紙綱引きで競いました☆
接戦でしたが赤チームの勝利！！
ささやかなメダルを贈与♪

パン教室『お好みパン』

鰹節や青のりをトッピングしお好み焼きパンの完成☆
美味しくいただきました。

《10月お誕生日の方》

おめでとうございます