

まほろば 新聞 12月号

第141号

令和3年12月1日 発行 まほろば本社
〒496-0834 津島市南本町2丁目1番地
電話(0567)22-5766

一年が経つのは本当にあっという間ですね。今年は皆様にとってどんな年になりましたでしょうか。まほろばでは職員一同、皆様に楽しんでいただけるようイベントをたくさん考えておりますので、来年も引き続きまほろばをご愛顧いただきますよう、よろしくお願いいたします。

ホームページは
こちらからどうぞ！



事業継続力強化計画の認定を取得しました！

近年、大規模な災害や、新型コロナウイルスをはじめとした感染症のまんえんなど、さまざまなリスクが増えています。

このような状況への対策として、中小企業庁は、中小企業の防災、減災対策をすすめるため、「中小企業強靱化法」を2019年7月16日より施行しました。

この法律では、防災や減災に取り組む中小企業が、それらの取り組みを「事業継続力強化計画」として作成し、その計画を国が認定する制度がつけられました。

まほろばは、自然災害への対策として「事業継続力強化計画」を作成し、2021年7月26日に事業継続力強化計画の認定を取得しました。



訪問看護ステーションまほろば

12/22は冬至になります。かぼちゃを食したりゆず湯に入る風習があります。かぼちゃは本来は夏野菜ですが、冬までの長期保存が可能なこと、ベーターカロチンやビタミンが豊富なことから厳しい冬を乗り越える為に食されてきました。

またゆず湯はリラックス効果と血行促進効果と保湿効果と保温効果があり、乾燥肌や冷え性に適しています。皮だけ入れる、絞るなど様々な方法がありますが、刺激性もあるため、肌に合わせた入浴方法でお楽しみください。

あまり知られてませんが冬の七草があります。なんきん(かぼちゃ)、れんこん、にんじん、きんかん、ぎんなん、かんてん、うどん(うどん)、が言われています。

バランスよく栄養と休息をとり、保温保湿に努め冬の寒さに備えましょう。

管理者 高橋 宏明

津島ショートステイ

1泊からご利用可能。洗濯は無料です。送迎も行っています。

【今月の作品】

フロアもエレベーターの中も可愛いディズニーでいっぱい！！



【秋の運動会】大盛り上がりでした。

～玉入れ・わっか送り・綱引き・風船送り～



11月のお誕生日 おめでとうございます！

10月のお誕生日 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。

●11月の特別食



11月8日は、きのこご飯、白身魚のフライ、南瓜サラダなどを提供しました。

きのこご飯はきのこがたくさん入っていて、味付けもしっかりとしてあったので美味しかったと評判でした。白身魚のフライも量が少し多かったけどサクサクしていて美味しかったと人気でした。

南瓜サラダに豆を使用し、茶碗蒸しにも枝豆を使用していたため豆が多かった、というご意見をいただきました。

11月19日は、海鮮丼、舞茸と鶏の山椒煮、さつまいもとりんごのサラダ、いちごゼリーなどを提供しました。

海鮮丼は、刺身が珍しく、おいしかったが、もう少し温かいご飯がよかった、丼ぶりにせず別々の方がいいというご意見をいただきました。サラダは通常メニューでも出してほしいと好評でした。

全体的に量が多かったというご意見をいただきました。



●12月特別食

12月はクリスマスです！！まほろばではクリスマスまでの1週間、毎日クリスマス特別メニューをご用意しております。ぜひご賞味ください。

●クリスマスケーキ

クリスマスケーキの定番と言えいちごのショートケーキ！ペこちゃんて有名な不二家がケーキを日本人向けにアレンジしようと試行錯誤し、いちごのショートケーキは誕生しました。

いちごのショートケーキは日本人独特の文化であり、例えばフランスではブッシュドノエル(チョコケーキ)、ドイツではシュトーレン(ドライフルーツの入ったパンのようなケーキ)が食べられています。

●いちご

いちごはビタミンCが多く、レモンと同じぐらいのビタミンCを含有し、10粒ほどで一日の必要量を摂取出来ます。生で食べるのがほとんどで、ビタミンCの損失もなく、ビタミンCはコラーゲンの生成に重要な役割を担っていますから血管・皮膚・粘膜などを丈夫にします。

免疫力を高め風邪やがんを予防し、肌の新陳代謝も高まりシミ・そばかす・吹き出物などに有効です。さらに水溶性食物繊維ペクチンが豊富でリンゴ酸、クエン酸も含むため、大腸の蠕動運動を促し便秘解消に繋がります。



津島デイサービス

日曜日もご利用可能です。医療依存度の高い方にも対応いたします。

制作活動

クリスマス飾りを作りました！



食レク (3色豆腐入り白玉団子)
キレイなお団子ができました！



＜11月のお誕生日の方＞
お誕生日おめでとうございます！



パン教室 (ハムロールパン)



愛宕デイサービス

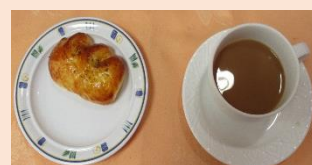
理学療法士が常駐しております。総合事業で短時間のデイも行っています。



10月30日 ハロウィン
かぼちゃの飾りを作って、写真撮影しました。



【パン教室】



◀玄関に紅葉が咲きました。

ボウリングをリニューアルしました。

皆さんピンが倒れるまで必死に取り組まれています。



久しぶりにカラオケを開催しました。
皆さん、懐かしい歌を口ずさみ楽しめました。



習字を行いました。



お誕生日おめでとうございます！



こんにちは、ケアマネです。

ケアマネさんってどんな仕事してるの？
1ヶ月に1回 家に来てくれるけど…

ケアマネジャー(介護支援専門員)は介護を必要とする方が介護保険サービスを受けられるように、ケアプラン(サービス計画書)の作成やサービス事業所との調整を行う、介護保険に関するスペシャリストです。

【ケアマネジャーの役割】

要介護者に必要な支援をマネジメントする専門職

利用者・家族からの相談受付



解決策の提案や
サービス事業所の情報提供

ケアプラン立案



サービス事業所との調整



変化は
ありませんか？

定期的な状況把握



その他にも食事に困っている方には、
配食サービスの紹介を行ったり、生活に
困窮している方には生活保護の申請の
補助を行うこともあります。また、
施設との仲介や地域活動への参加を促す
こともあります。

こんな相談していいの？と思う内容
でも、まずは気軽に聞いてみてくださいませ。

【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 星川

訪問介護ステーションまほろばです。

◇こむら返り

こむら返りは「足がつる」とも表現される、痛みを伴う筋肉のけいれんの一種です。原因としてミネラルバランスの乱れによる血行不良、冷え、脱水などがあるため夏の夜に起こりやすいですが、寒い季節にも冷えによる血行不良が関わって、こむら返りが起こります。

対策としては、

- ・日ごろからストレッチなどを行い、下肢の血行を改善する
- ・ふくらはぎの冷えを予防するため、足首までのパンツルックなどを着用する
- ・食事バランスと水分補給をしっかり行う

あまりにも多い場合は、医療機関を受診して相談することをお勧めします。

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いただきます。

サービス実施地域：津島市、愛西市、あま市

担当：平井・加藤・佐藤・一柳

大当郎有料老人ホーム

365日
看護職員滞在！

名古屋市中川区大当郎にあります、住宅型有料老人ホームです。
ただいま空室が**残り1部屋**となっております。ご見学・ご入居希望
ございましたら、お気軽にお問い合わせください。

TEL：052-364-7702 担当 佐藤

自社の訪問看護があります。
医療行為の必要な方もご相談ください！

【お部屋】



お部屋は広々18㎡！完全個室です。
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、
ナースコールも完備です。

【日常のご様子】



皆さんお食事を召し上がっています。
現在コロナウイルスの関係で外出レク
は見合わせております。

【共有部】

1階食堂



談話スペース



浴室



大当郎訪問介護

ご自宅へ伺い

○身体介助（食事、入浴、排せつなど）

○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。

大当郎ケアセンターまほろば分室

住所：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

TEL：052-364-7720

担当 佐藤

大当郎デイサービス

家庭的な雰囲気の
デイサービスです！

パン教室【ピザパン】



ストレス発散でカラオケ



食レク【鬼饅頭】



のんびりぽかぽか日向ぼっこ☀



お誕生日おめでとうございます！(^)/



今月の工作レク 立体カレンダー



青塚有料老人ホーム

新築
35部屋

入居希望者受付中！

令和3年9月1日にオープン

しました。

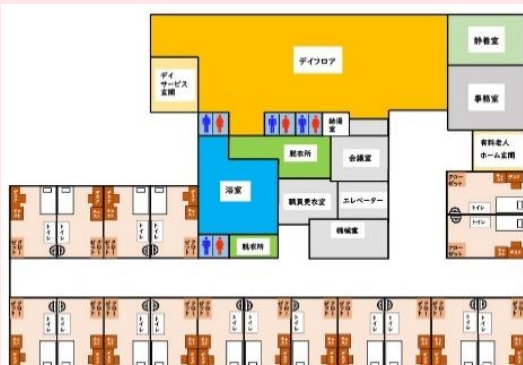
津島市青塚町にあります、住宅型有料老人ホームです。

医療行為の必要な方にご相談ください！

24時間365日看護師常駐のため
医療依存度の高い方にもご対応します。

お部屋は広々18㎡！完全個室です。

居室内にもトイレがあります。家具3点つき、
エアコン、クローゼット、ナースコールも完備です。



↑ 1階
(17部屋)
デフロア併設

2階 →
(18部屋)
食堂直結



【共有部】



《居室例》



浴室（2階）



機械浴（1階）



食堂

【お問い合わせ】

青塚ケアセンターまほろば

住所：津島市青塚町6丁目142番地

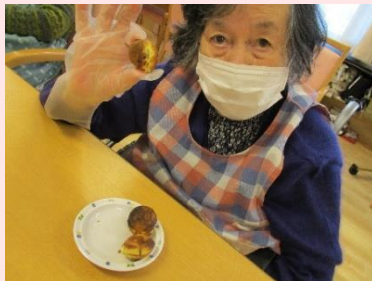
TEL：0567-31-8152 担当 西川・濱本

青塚デイサービス

10時30分から15時40分
までの短時間で行っています❀

<食レク> 「餡入りベビーカステラ」

一生懸命焦げないように作っていただきました。皆さん「おいしかった」と好評でした。



<パン教室> 「栗あんぱん」 生地を伸ばし、栗の餡を丁寧に 包んでいただきました。

<機能訓練>



<レク>

輪投げ、紙コップチャレンジ、かるた取りの様子です。



<今月お誕生日の方>

おめでとうございます！



<創作>

11月の
カレンダーと
紅葉が完
成しまし
た！

