

クローバー

介護老人福祉施設
ロータス音更
施設広報誌
NO. 12
H25.9.10発行

夏祭り

平成25年7月28日に夏祭りを実施しました。
あいにくの天候で、施設内での開催となりましたが、模擬店やゲーム、アトラクションをお楽しみ頂けたかと思えます。
今年のアトラクションは、帯広北高校チアリーディング部「ブルークローバーズ」の皆さんから、入居者様へのエールや小さなお子様を交えた音更駒太鼓の皆さんによる、力強い太鼓の演奏にたくさんの元気を頂きました。
今年も、大勢の方々のご協力を得て、無事にお祭りを開催することができました。
ご協力とご支援に心よりお礼を申し上げます。



来年も皆さんに楽しんで頂ける夏祭りを開催していきたいと思えます。

移動動物園



平成25年8月20日に、毎年の恒例となった、移動動物園を行いました。
羊や兎、ミニブタなどのたくさんの動物たちに来てもらいました。
生まれたばかりのポニーの親子や去年は子犬だったボーダーコリーが今年も、大きくなり、また来てくれました。
途中、雨が降ってしまいましたが、実際に動物達とのふれ合いやエサをあげたりと皆さん楽しめました。



厨房増築工事について

この度の厨房改築工事により、騒音や振動等にて入居者・ご家族の皆様にご迷惑をお掛けしまして、申し訳ございません。
進捗状況につきましては予定どおり順調に進んでおりますので10月下旬に準備が整い次第、新たな厨房による食事提供ができると思えます。
単独の厨房による食事提供が可能になるためこれまでよりも自由な献立、細やかな食事形態の工夫を目指し、温冷配膳車の導入により温かいものは温かく、冷たいものは冷たく召し上がっていただけるように考えております。入居者皆様の食生活が充実しますよう、食事がこれまで以上に楽しみを持てますよう努めて参ります。



医務室から

～ 嚥下障害と予防法～

食べ物や飲み物を飲み込む事を「嚥下」と言い、嚥下が正しく働かない事を嚥下障害と言います。

- ★ 嚥下障害の主な病気の容態は？ 1、飲み込みの障害 2、気管内への流入(誤嚥)
- ★ 誤嚥はどんな時に起きるのか？ 1、飲み込む時に、飲食物が気管へ入ってしまう
2、睡眠中に喉に逆流した胃液や唾液などを知らずに気管に吸い込んでしまう
3、嘔吐した時に吐いたものを気管に吸い込んでしまう
- ★ 飲み込みの障害、症状は？ 1、口の中に食物が残る、食事時間が長くなる、お茶にむせ込む等
2、せき込む、むせる、痰がでる等
3、気管に入った物を外に出せず、肺に入ってしまう
- ★ 施設での予防
1、誤嚥予防 ・嚥下機能に合わせた食事内容(形体、量、食事介助方法、)を工夫しています。
・歯科医師による、嚥下評価、嚥下訓練の指導のもと、実施しています。
2、口腔ケア ・加齢により、だ液の分泌量が低下し、低下する事で口腔内の清潔度も低下し、細菌が繁殖します。そのため、清潔援助の為に、「口腔ケア」を行っています。

敬老祝賀会

皆様へ、ご連絡致しました通り、平成25年9月15日敬老祝賀会を開催致します。
式典では、百歳、白寿、米寿、喜寿、の節目を迎えられる8名の方の表彰を行います。
また、入居されている皆様に敬老の日を楽しんで頂けるよう、ご馳走と、アトラクションを準備しておりますので、お楽しみに！

機能訓練



《座って行う簡単リハビリ体操 ～その④》

太ももを内側に閉じる
股関節を閉じる筋肉を鍛えます。身体の重心を内側に引き寄せ、立った時や歩行時の動作を安定させます。
＜方法＞
1. 床に足をつけて膝を開いて座る。
2. 膝をくっつけるように内側に閉じる
・5～10回繰り返します
・柔らかいボールやクッションを押しつぶすようにすると負荷がかかりより効果的です。



管理栄養士から ◆早食いに注意 肥満の原因◆

「早食いをしていると肥満になりやすい」 その理由は二つあげられます。

- 一つ目 脳にたくさん食べたという情報が届くまでに時間がかかるため、食べ過ぎてしまうこと。
 - 二つ目 噛むことに関連しているといわれています。食べ物を噛むことによって“神経ヒスタミン”という物質が作られます。
ヒスタミンは満腹中枢に働きかけ、食欲を抑制する効果があるほか、体に熱を出させたり、内臓脂肪を分解する作用があります。
そのため、軟らかい物をよく噛まずに飲み込んでしまうと、肥満に繋がるといわれています。
- 肥満予防には、
「食物繊維を多めにとり、脂肪の摂取を控え、硬めの食べ物を良く噛んで食べる」
事をおすすめします。

はなみずき・もくれん

回転寿司・カラオケ外出



たくさん食べて
唄ってきました！！



毎年恒例！七夕祭りに行きました。
気候も良く楽しい日でした

この度の異動で、ユニットの仲間となりました。
小田島美和です。利用者様の気持ちに添えるよう頑張ります！

大槻広美と申します。利用者様が笑顔で、お元気に生活して
頂けるよう、努めたいと思います。 今月の新聞担当：藤沢・大槻

やまぐわ・すずかけのき

夏祭り 7月28日
夏祭りを行いました。
残念ながら天候不良の為
屋内で実施しました。が…
皆様悪天候を吹き飛ばす程
満点の笑顔でした。(o^o)
浴衣に着替えた方もおり
夏祭りを満喫されてお
りました。来年は外でやりましょう。



個別外出
6月20日に動物園と麦音
(パン屋)に行ってきました。
暖かく良い天気でした。
大きなパンに坂田様も
ビックリ！！



今月の新聞担当：遠藤・佐藤

新しい職員



堀 美代子
精一杯
頑張ります。

個別外出 フードスタジアム

8月26日に外出を行いました。音更のフードスタ
ジアムで食べ放題。
皆さん沢山食べて
ました。日々の
生活ではお寿
司なんて、
なかなか
出ないので
美味しかった
ようです。

行
きた
た皆
いで
ね！



ななかまど・きたこぶし

個別外出行事

柳月スイート



ピアガーデン



8月6日柳月スイートピアガーデンにて
おいしいスイーツを食べてきました

ユニット行事

焼肉！ そして！
流しそうめん！

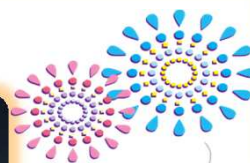


8月21日外で焼肉と今年は”流しそうめん”
を行いました。皆様大変喜ばれ、モリモリ食
べられていました。

今月の新聞担当：小藪・岩元

やまもみじ・まろにえ

ユニット花火大会



ユニット行事で8月23日にス
イカ割り・カレー作り・花火大
会を行いました！！皆さん夏
を満喫され、楽しまれていま
した♪



個別外出



帯広競馬場

フクハラまで、お散歩と
お買い物

にんじんどうぞ。



今月の新聞担当：澤田・福井