

藤の里だより



新年のご挨拶

明けましておめでとうございます。
新年になり、利用者様とお正月の行事をしたと
思ったら、もう一月も半ば過ぎとなりました。

昨年は、自然災害に悩まされた1年でした。
大雪に土砂災害に火山噴火・地震と災害が
続きました。各地で災害に対する意識も
日頃高まっています。
藤の里では、定期的に避難訓練を行い、避難に対する
意見を出し合い、又、消防署立ち合いの上でも訓練や
ご指導をいただき、災害対策をすすめております。

職員の研修の取り組みの一環で喀痰研修やキャリア
アップ研修を行っております。
昨年からの引き続きで、春か夏には完結する予定です。
さらに知識をつけ、職員全体でチーム包括ケアの構築を
していきたいと計画しております。

今年は、埼玉県内でインフルエンザが大流行して
おります。施設内でもインフルエンザ対策として、
体調管理の徹底とインフルエンザワクチン接種を
行っておりましたが、職員の中にも若干、体調が悪くなる者
が出てきております。これ以上広がらないように協力したい
ものです。



目次

新年のご挨拶	1
ショートステイより	2
グループホーム	
藤の里大越より	3
グループホームより	4
ケアプランセンター	5
社内行事	5
栄養部門	6
医務部門	6
ふじのさと託児所	7
行事予定	8
事務局より	8
編集後記	8
藤の里グループ	8

これからの予

2月 3日前後	節分 豆まき
2月中旬	バレンタインデー
3月上旬	ひな祭り 施設・公民館など



事務局より

藤の里では、ボランティアさんを募集しています。
手芸やカラオケ、楽器演奏など幅広く募集しておりますので、
お気軽に（TEL0480-73-8294）までご連絡ください。



編集後記

新年あけましておめでとうございます。今年もよろしくお願いします。
昨年12月のはじめ頃からインフルエンザが流行し、
下旬には警報レベルまでになりました。
私も12月の中旬に風邪を引いてしまい未だに治りません。
今季の風邪は結構長引く感じがしました。
皆様も体調を崩さぬよう健康管理には気をつけて下さい。

今年も藤の里だよりをよろしくお願いいたします。

藤の里グループ

〒347-0111 埼玉県加須市鴻荳2168-1・2 有限会社フクシ

■グループホーム 藤の里

TEL：0480-73-2943 FAX：0480-73-2994

■ショートステイ 藤の里 藤の里Ⅱ

TEL：0480-73-8294 FAX：0480-73-2991

■ケアプランセンター 藤の里

■ヘルパーステーション 藤の里

■生活サポート（NPO法人 ふじのさと）

TEL：0480-70-2840 FAX：0480-70-2841

〒347-0001 埼玉県加須市大越3386-1

■グループホーム 藤の里大越

TEL：0480-69-2943 FAX：0480-69-2944

〒347-0103 埼玉県加須市牛重71-2

■ふじのさと託児所 TEL：0480-73-5176 FAX：0480-73-5176

「元気に仲良く楽しく」

明けましておめでとうございます。

12月には楽しみにしていたクリスマス会があり、

サンタさんよりプレゼントがありました。

「暗くなったらサンタさんが来てくれるよ！」とカーテンを閉めて静かに

待っていました。鈴の音が聞こえ、

サンタさんが登場。驚いている顔・嬉しそうな顔・怖がっている顔と

いろいろな顔が見られましたが、歌を歌いながらプレゼントを手にとると

子供たちは大喜びでした。それから一週間でお正月を迎えてお休みとなり

（六日間）お家で楽しく、のんびりと過ごされたと思います。

急に寒くなり、散歩のなかなか行けなくなりましたが、

室内で体を動かす遊びを多く行い楽しんでいます。

動物ごっこ遊び・追いかっこ・わらべ歌遊び・椅子取りゲームなど・・・

字の方も少しずつ覚えてきておりますので、

トランプやカルタ取りも多く遊びの中に取り入れて行きたいと思っています。

少し風邪気味のお子様がいましたが、インフルエンザにかからず過ごされていました。

これからまだまだ寒くなりますので、手洗いやうがいをこまめにして元気に過ごして

ほしいです。

最後にほとんどのお子様が今春卒業されますのでそれに向けて楽しい思い出が

一つでも多く残すことができるように職員一同頑張っていきますので

今年もどうぞよろしくお願いいたします。



藤の里ショートステイ便り

クリスマス会：ボランティアの岩瀬ファミリーバンドさんで歌・マジックをやってもらい利用者様も楽しみました！！



子供と職員がディエット！！利用者様もうっとり！？



ショートⅡ：
昨年7月に開所した、ショートステイⅡもおかげ様でオープンして半年を迎えることができました。
利用者様・職員ともども明るく元気に毎日を送っております。



グループホーム藤の里大越の運動会 紅白に分かれて、玉入れや風船バレー・パン食い競争を行い、一人一人真剣に取り組んでいました。



水郷公園近くのコスモス畑にて、コスモスを見ながら周囲を散策。おみやげにコスモスを持ち帰ってきました。大変喜ばれていました。



1月3日 風が吹いて寒い日でしたが加須市内の神社に初詣に行きました。おみくじも引いて大吉を引いた利用者様もいて大変喜ばれました。



平成26年11月1日から12月31日までに誕生日を迎えられた方です。
おめでとうございます。



「白菜」



《旬》

白菜の旬は、11月下旬から2月頃の晩秋から冬です。霜にあたることで繊維が柔らかくなり風味も増します。

《栄養》

白菜は、95%が水分ですが、ビタミンCが多く、風邪の予防や免疫力アップに効果的です。カリウム・カルシウム・マグネシウム・亜鉛等のミネラル類を含みます特に、カリウムには利尿作用があり、塩分を排出する働きがあるので高血圧予防にも役立ちます。

《料理方法》

鍋物・味噌汁・漬物・シチュー・サラダなどどんな料理にも向く白菜は風邪の予防効果があるビタミンCを多く含むので、たくさん食べて風邪をひかずに冬を乗り切りましょう。

《選び方・保存方法》

外葉は、色鮮やかで白い部分に艶があり、葉の巻きがしっかりしており、全体に固くしまっていて重いものを選びましょう。半分にカットされた物は断面が平で膨らんでおらず、根元の切り口が白いものが新鮮です。白菜を新聞紙に包み立てて保存



医務部門

＜インフルエンザについて＞

毎年12月頃から2月頃にかけて全国的に流行する感染症です。

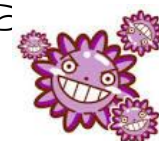


症状としては、風邪に似ていますが、感染力が強く、38度以上の高熱や関節痛・倦怠感を伴います。感染してから1～3日経ってから発症ケースが多く、高熱が出ないと病院等で検査しても反応が出ないのが特徴です。

また、発症したら2～3日発熱し、その後熱が下がっても4日前後は外出は控え安静にしましょう。熱が下がってもウイルスは体内に残っている事が多くあるからです。

インフルエンザに感染しないためには、日頃からこまめに手洗い・うがいをして、外出する際にマスクをするなど対策をして、なるべく人ごみは避けて生活するように心がけましょう。

自分はもちろん家族や友人・職場の人に風邪などをうつすことが無い様に日頃から健康管理に注意していきましょう。



いつもお世話になっております。
ケアプランセンター藤の里です。

ケアプランセンター藤の里では

- ご利用者様に尊敬の念と敬意をもって接し、ご利用者様が必要なサービスを利用できるように誠心誠意ご相談を受けさせていただきます。
- ご利用者様、ご家族様がご希望する生活に近づけるように、ADL（日常生活動作）とQOL（生活の質）の維持向上を図り、無理のない範囲で自立して生活ができるように、いつも一緒に考えていきます。
- ご利用者様、ご家族様に満足して頂ける、地域と家庭の結びつきを大切にしたサービス提供を心がけます。
- ご利用者様、ご家族様、事業者様、地域のみなさまが生きがいをもって楽しく生活できる手助けさせていただきます。

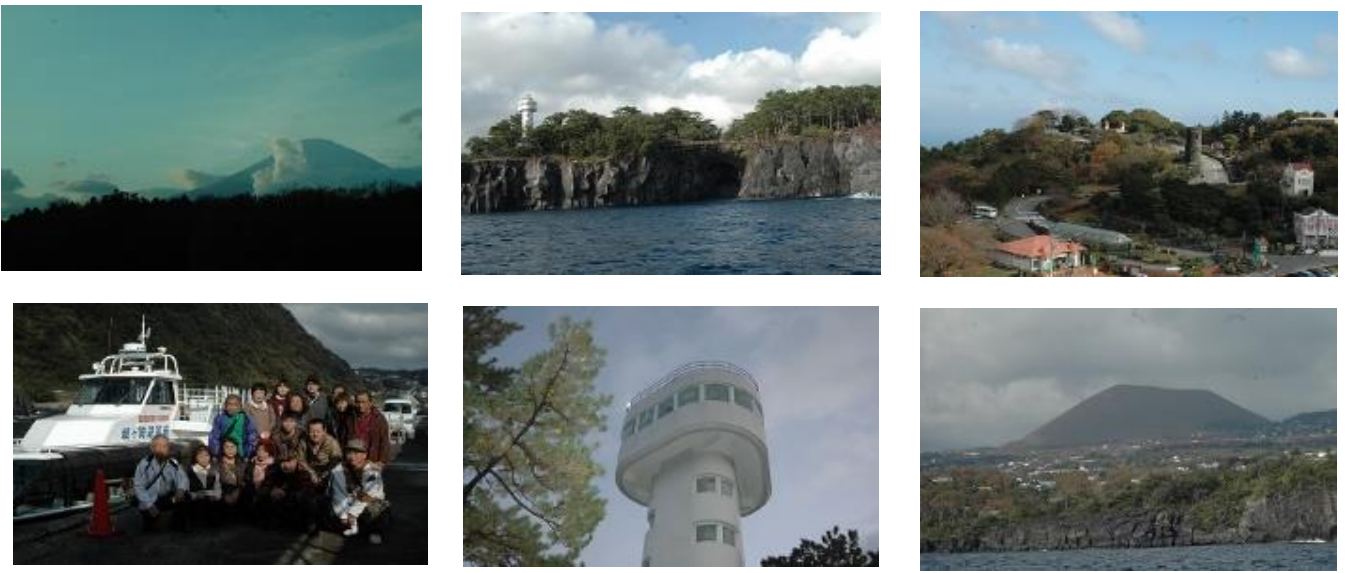
介護のことでお困りのときは、
ケアプランセンター藤の里

〒347-0111 加須市鴻荃2170
TEL 0480-73-8294
まで、お気軽にご連絡下さい。



社内行事

昨年11月下旬に2回に分けて伊豆方面に1泊2日旅行を行いました。
藤の里では年に1回社員旅行を企画しております。



秋の天気の良い日にみんなでお出かけ。偶然、散歩中の犬と出会いご挨拶！



1月3日 近所の神社に初詣今年はいいい年でありますようにお願いしました。



お誕生日おめでとうございます

