

藤の里だより

Ⅱ ご挨拶

新年あけましておめでとうございます。
年の始のご挨拶を申し上げます。藤の里だよりも
46号となり、10年以上の長さを続けてまいりました。
これも読んでいただける利用者様と家族、そして
地域の皆様のお陰だと感謝しております。
配布します公共の場所の方々も残らないように心配りを
させていただいている様子で3ヶ月後に新しい号を
持って行くと置く場所が丁度空いた状態にして下さり
幸せな気持ちになって置かせていただいております。
このつながりが細かながら藤の里と地域のパイプだと思
っております。時折、読みましたよと声をかけて
くださる方や楽しみなのよねーと言ってくれる方々に
支えられてやっています。（藤の里だよりだけでなく
介護の仕事もそうです）
介護もいろいろ取り沙汰されてやりにくい部分もあり
ますが、初心に戻って基本を忘れず、
地道にこれからも進んでいきたいと
考えております。
認知症の研究は、日進月歩で進んできております。
脳のメカリズムの解明や新薬の登場も望まれるまでに
なってきています。情報も15年前に比べて、
引き出しやすくなってきております。個人情報の保護に
努め、新旧の良い部分を混ぜあわせ、独自に特色を出してゆきたいものです。また、
私達団塊の世代が今までの社会を築いてきたように、これからも介護社会の構築の
役目を担ってると考え、自身の健康に留意して、職場の健全を守り、地域に受け入れられる
元気な藤の里で生きていきたいものです。
今後共、みなさまのご指導をお願い致します。



申の年 正月 藤の里代表 石原恵子

目 次

ご挨拶	1
ショートステイ	2
ショートステイⅡ	3
グループホーム藤の里	4
グループホーム藤の里大越	5
栄養部門	6
ケアプランセンター	6
ふじのさと託児所	7
ナースの窓	7
生活サポート	8
編集後記	8
藤の里グループ	8

Ⅱ 生活サポート

今年の冬は暖冬のように有りますが、
1月になると冷え込んで来ると思われます。
年末年始は医療機関もお休みのところが多く、
年末ギリギリに体調管理のため
医療機関へ今年最後の受診をされる方が多く、
スケジュールがぎっしりと組まれていました、
今年も急なお出かけ等予定の方も送迎依頼をできる限り支援いたします。



お正月は、交通安全祈願に皆で初詣に行きました。
27年度はもちろん事故などはありませんでしたが、
さらに安全運転を心がけ皆様に安心していただける様、運転いたします。

ふじのさと 生活サポート事業 電話0480-70-2840

Ⅱ 編集後記

明けましておめでとうございます。今年もよろしく願いたします。
さて、今年の年始から暖かいひが続いていましたが、1月の下旬になりまして
年々通りの寒さがやってきました。昨年は2月に2回大雪が降りましたが今年は
暖冬ということで降水量が多いとのことでこれからが冬本番になります。
いつ雪が降ってもいいように準備と余裕を持った行動を
心がけていきたいと思います。
今年も様々な行事などの写真を載せていきたいと思しますので
藤の里だよりをどうぞよろしくお願いいたします。

広報担当 小白孝之

Ⅱ 藤の里グループ

〒347-0111 埼玉県加須市鴻基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

TEL：0480-73-8294 FAX：0480-73-2991

■ケアプランセンター 藤の里

TEL：0480-70-2840 FAX：0480-70-2841

■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

健康管理が大切！！

急に寒くなりましたが、寒くても子供達は戸外遊びが大好きです。風や気温など様子を見ながら決めています。鼻水が出ていても遊びたい気持ちが大きいので「大丈夫だよ！！」と言います。

12月に入り一歳児のお子さんが多くなり、せっかくブロック遊びで作った作品をメチャクチャにされます。そこで天気の良い日は、大きい子供達は戸外遊びを楽しみ、一歳児と二歳児は室内遊びを楽しみます。ボール・マグネット・パズルなど歌も歌ったり聴いたり自由に遊んでいます。おもちゃなど何でも口に入れるので大きさも考えながら出します。



クリスマスの話をすると四歳児の子供たちは楽しそうに、「お願いしたよ」と言います。サンタさんは無事プレゼントもらえたと思います。子供達の夢は大切にしていきたいと思いました。



1月の下旬になり、真冬の寒さが戻ってきて風邪をひいてしまってお休みするお子さんが多くなりました。託児所では、早めの診察と各自ティッシュペーパーの持参をお願いしております。体調がすぐれない時は、無理せずを登所をお願いしたいと思います。

ペーパーのご協力ありがとうございました。

今年一年、藤の里託児所をよろしくお願いいたします。

藤の里 託児所 城島清子

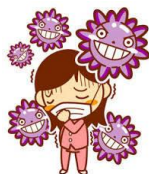
II ナースの窓

ノロウィルスについて

毎年、秋から冬場にかけて嘔吐や下痢を引き起こす非常に感染力の強い小型の球型ウイルスです。

ノロウィルスの感染経路

- ① 牡蠣などの二枚貝や肉や魚など十分加熱しないで食べて感染
- ② 家庭内などで感染者を看病することによる感染
- ③ 嘔吐物やふん便など汚染した環境面に触れて、手を介して体内に入り込んで感染
- ④ 処理が不十分で乾燥し、歩行などで空中に舞い上がり吸い込んで感染



主な症状

吐き気・嘔吐・下痢・腹痛・発熱 突然強烈に嘔吐が起こる
潜伏期間 12～48時間

感染予防と対処

手洗いを頻繁に行う(石鹸を使い指の間や手の甲まで30秒以上もみ洗いする)
手荒れが気になる方は、手洗い後のケアも忘れずに。
感染したところは、次亜塩素酸ナトリウム(ミルトンやハイターなど)もしくは熱で消毒する。
肉や魚介類は加熱調理する。
もし感染してしまったら、医療機関を受診し、症状がなくなっても24～72時間の間は症状が再発することがあるので気をつける。
12月～1月がピークですが1年を通して感染のおそれがある感染症です。感染を広げないことが大切です。



藤の里ショートステイ I 便り

皆さんこんにちは今年も色々な年でしたわ。
12月21日にはショートIではボランティアさんの方に来ていただきオカリナ演奏会を行いました！！
利用者様皆様もオカリナの演奏に合わせて歌を歌って楽しい時間を過ごしました。

12月24日はきぼう棟・ひかり棟とのぞみ棟三棟合同でクリスマス会を行いました。
クリスマスの歌・カラオケを行い利用者様、職員楽しい時間を過ごしました。
おやつには職員がたこ焼きを作り厨房の方にカップケーキを作って頂き、利用者様も美味しく召し上がっていました。



1月1日は新年会をレクリエーションで行いお正月の歌などを歌い新年を迎えました。

新年を迎えましたが、まだまだ寒暖の差が激しいので利用者様・職員の体調管理をしっかりと行い今年1年を元気に過ごしていきたいです。

- ・2月の行事は節分を予定しております。
- ・3月の行事はひな祭りを予定しております。

藤の里ショートステイ II 便り



10月30日にはハロウィンパーティーでゲームなどを楽しみました。



11月23日には消防訓練が行なわれショートIIでは9名の利用者様が参加されました。そして・・・職員も実際にあってはならないと心で思いながら消防訓練を行いました。



12月15日にはクリスマスパーティーを行ないました。利用者様と一緒にクリスマスケーキを作って楽しい時間を過ごしました。



元旦には新年会を行ないました。かるた取りをして、皆さん盛り上がり楽しんでました。お正月らしく、金箔入りのお茶と和菓子などを召し上がられて満足されたお顔をしておられました。

【小松菜】

小松菜は、12月～2月が旬です。アブラナ科の野菜で、霜が降りる頃から、美味しくなるといわれています。



「栄養・効果」

栄養価の高い代表的な緑黄色野菜です。特にカルシウムはほうれん草の約5倍含まれているので、骨を丈夫にし骨粗鬆症（こつそしょうしょう）の予防等に有効です。抗酸化作用があり、風邪の予防等にも効果が期待できるβ・カロテンやビタミンCも豊富です。

「選び方・料理」

緑が濃く、みずみずしいもの、肉厚で張りがあり、大きさが揃っているのを選びましょう。アクが少ないので、下茹での必要はありません。小松菜のビタミンCは、熱で壊れやすい性質なので、火を通す時は短時間で済ませるようにします。

料理はお浸し・煮浸し・炒めもの・鍋物や味噌汁・お雑煮などです。



II ケアプランセンター

明けましておめでとうございます。昨年度は介護保険制度の大幅な改定があり、ご利用者様・ご家族様・介護保険事業従事者様ともに、サービス利用面でも利用料金面でも精神的な面でも変化のあった方が多かったのではないのでしょうか？



今後も国の財政状況等から、制度の変更等、介護を受けるご利用者様や介護をするご家族様、介護保険事業従事者様ともに変化を求められることが予想されます。ご利用者様、ご家族様におかれましてはご不安のある方が多く、近年のケアマネジャーの役割については、より多岐に渡り包括的な支援が望まれています。

ケアプランセンター藤の里では、そういった時代や地域の変化を素早くチャッチし、ご利用者様、ご家族様の負担軽減を計りながら、寄り添った介護支援をすることに努めております。

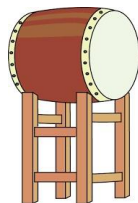
介護のことでお困りのことがありましたら、ケアプランセンター藤の里へご相談下さい。よろしくお願い致します。

望月高志

外食で焼き肉と寿司屋に行きました。



クリスマス会の時に騎西の太鼓のボランティアの方が来所し、太鼓を披露しました。



元旦には皆さんでおせち料理を頂きました。利用者様には好評でした。



1月2日は、玉敷神社へ初詣にいきました。今年も良い年でありますように！



10月28日と29日に大越のグループホームと合同で、山梨県の富士山方面へ旅行に行きました。旅行中に山中湖で遊覧船に乗ったり、富士山五合目まで行って写真を撮ったりして楽しみました。



ハロウィンが近かったので、宿泊先で記念写真！

富士山五合目で集合写真
当日は、曇り空ですが綺麗に写真が撮れました

2日めの昼食は皆でラーメンを頂きました



誕生日会

お誕生日を迎えられた方です。おめでとうございます。これからも元気でいて下さい



