

料金後納

ゆうメール

こみに通信



〒420-0963 静岡市葵区赤松8-16

介護老人保健施設こみに 地域連携 054-209-7001

ホームページ

こみに

検索

No.225

平成29年6月7日発行

<http://www.communi.or.jp/>



5月29日(月) 春季防災訓練を行いました。近年、風水害による高齢者施設の被害が見られていることから、台風・土砂災害対策に主眼をおいた訓練としました。

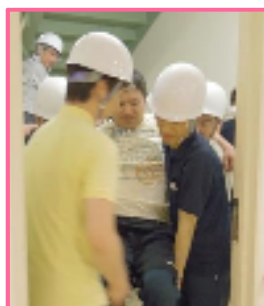
最初に消防隊の方から、風水害対策についてご講義いただき、その後車イス高齢者の避難方法について実演していただきました。

防災訓練
～デイケアにて～



土砂災害から逃れる鉄則は、『速やかに高い場所へ』です。

デイケア石割課長が職員1人1人、的確に指示を出し、職員はご利用者の安全を確保しながら1階から2・3階へ誘導しました。



災害時は、停電でエレベーターが使えない可能性もあります。職員が車イスご利用者役となり、階段を昇る際の介助法を訓練しました。消防隊に見ていただきながら、実践に近い形で実施でき、学びが大きかったと思います。

万が一の時、あわてず行動できるように、今後も繰り返し訓練を行っていきたいと思います。今後とも協力よろしくお願いします。

災害対策委員会 一同

こみにギャラリー



各階に展示中です。

松澤佑平さん作品

園芸ボランティア募集!

デイケアのご利用者と一緒に、施設内のプランターや花壇の手入れなどをしてくださる方を探しています。シニアサポーター大歓迎です。

活動日は、毎月第3木曜日、
午後1時頃から1、2時間程度です。

問い合わせ TEL 209-7000 (担当 内野)



機能訓練課 活動報告

口腔ケア

「デイケアでの取り組み」

「私のこの歯、どうなってる？」気になってるんだけど、歯医者さんへ行った方がいいかな？」ご利用者。

朝の会で口腔ケアの重要性をお話した後、恥ずかしそうに、でも勇気を出して声をかけていただきました。

歯科受診をお勧めし、今の義歯を修理すれば、それほど通院回数もからないことを説明すると、「良かったよ、思い切って聞いて。安心したよ。」とおっしゃり、お力になったのかな？うれしく思いました。



4月から歯科衛生士が1人増え

2人体制になりました。現在、口腔内の検診を一人一人行っています。6月中には毎日、デイケアご利用者主員の口腔ケアができるよう新人衛生士の望月と頑張ります！

口腔について何でも、歯科衛生士

または、こみに職員にご相談ください。

歯科衛生士 小柳津 弘子



歯科衛生士
望月 智子



歯科衛生士
小柳津 弘子



園芸初心者の方の職員たち...
園芸上級者のご利用者に、鉢底石の敷き方、適切な肥料の量や、土への混ぜ方などを教えていただきながら、一緒に作業を進めました。



マリーゴールド・ニチンチソウ・ペコニア・ガゼニアなど、全部で70株の花を中庭の花壇やプランターに植えました。



お花を植えました



一通りの作業が終わり、お茶を飲みながら休憩です。植物に触れ、花に囲まれ、自然と笑顔がこぼれ会話も弾みます。植物の持つ優しい力に元気をもらい、また、季節を感じることができました。



これからの季節、ふりそそぐ太陽の光を浴びて花はどんどん大きく育ちます！水をやりたり雑草を抜いたり、日々のお世話をしながら、みなさんと開花をわくわく待ちたいと思います。



今後、ゴーヤ・あさがお・ひまわりの種まきにも挑戦する予定です！



職員紹介

ディケア（通所リハビリテーション）

で相談員をさせていただき早一年、

月岡 良太郎と申します。

あの有名な二宮金次郎と同郷の小田

原市出身ですが、大学で静岡市に下宿

し、趣味のバイクを乗り回しておりました

が、気が付いたら静岡でバイクを降り

り、家庭を持っていました。

今ではすっかりバイクから車に鞍替

えし、お休みの日は妻と2人で県内外を

ドライブしております。



6月に入り、すがすがしい日と、急に

夏になってしまったような暑い日が交

互にあるような今日この頃でございます

すが、車ばかり乗って、ダイエットも間

に合わず、今年も汗かき、ベソはかかず

に、猪突猛進して参りますので、どうぞ

よろしくお願い致します。



支援相談員

月岡 良太郎



通所リハビリテーションのご案内

営業日：月～土曜日、祝日

無料お試しできます。ご利用ください。

午前半日・午後半日の半日利用も好評です。

お問い合わせ TEL 209-0502 (担当 月岡)

◆リハビリテーション

一人で外を歩きたい、一人でトイレに行きたい、体力低下を予防したいなど、一人一人のご要望を確認しながら目標を設定し、適切なリハビリをご提案・実施いたします。

訪問リハビリも行っています。



◆食事

旬を取り入れた美味しいお食事をご用意しています。

昼食（おやつ代込）600円、療養食もご提供できます。

◆レクリエーション・クラブ活動

季節の行事や歌、体操、作品作り、囲碁将棋など、楽しい時間をお過ごしいただけます。

◆入浴

大浴槽…温泉気分をお楽しみください。

個浴槽…ご自宅の浴室の練習としてもご利用いただけます。

機械式浴槽…浴槽への出入りや座った姿勢に不安のある方も気持ちよく入浴していただけます。



◆疲れが取れます

温めたり、加圧したりする物理療法のホットパック・メドマーは大人気です。



◆急なご相談もぜひ、どうぞ

退院後など、早急なリハビリのご希望にも、迅速に対応いたします。



栄養「ラム

【梅干しの話】

「お弁当には梅干し」と、梅干しは昔から殺菌効果があることは、みなさんご存知だと思います。でも、実はもっとたくさんの効能があるんです。

①生活習慣病の予防

梅干しに含まれる成分が糖質の消化吸収を抑え、食後の血糖値の上昇を抑えます。

②脂肪燃焼効果（ダイエットにグッド）

梅干しに含まれるバリンという成分が脂肪燃焼に効くそうです。特に紀州産は、製造工程でひと工夫されているそうです。

③疲労回復

梅干しの酸っぱさは、クエン酸が多く含まれるからです。疲れの原因の乳酸の生成を抑制します。

他にも、インフルエンザウィルスを撃退したり、口臭を予防したり、ピロリ菌まで抑制してくれるそうです。

ただし、塩分も多く

含まれるので、1日、

1個か2個を目安に

どうぞ。



デイケアからのお知らせ

5月はイベントが盛りだくさんでした。
みなさん、楽しい時間を過ごしていただけたでしょうか？

- ・「赤花」の二五一会と三線の弾き語り
- ・握り寿司
- ・きれいな茶娘!？、新茶会



三線の弾き語りでは一人の息がぴったり!？そんな二人のやり取りにみなさん大笑いでしたね。

新茶会ではきれいな茶娘が人気!! 新茶の味はもちろん堪能できましたが、新茶以上にみなさん茶娘に夢中…。まるでアイドルのように写真を求める人が殺到しました。



●お誕生会

6月19日(月)～6月24日(土)

6月生まれのみなさま、おめでとうございます。

●変わり風呂

緑茶風呂



★7月20日木、21日金に流しそつめんを予定しています。(興味のある方は、職員までどうぞ)

しずおかウエス

こみに1階

喫茶フワワーガーデン

夏季限定メニュー

- ・冷し豆乳ラーメン
- ・サラダうどん(コマ風味)
- ・冷したぬきうどん・そば
- ・冷しきつねうどん・そば
- ・ざるそばうどん
- ・生炭火焼定食

定番メニュー

- ・ハンバーグ
- ・とんかつ
- ・からあげ
- ・しょうが焼き
- ・てりやきチキン
- ・マーボーなす
- ・煮魚

◎飲み物、ソフトクリーム
軽食おにぎり、サラダ、デザートもご用意します。

営業時間

月火木金	10時～20時
水	10時～18時
土	11時～20時
日祝	11時～17時

★ウエス(布きれ、タオル)は引き続き大募集中です。

★衣類などが入るような大きな紙袋もご協力お願いします。

