

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.249

令和元年6月7日発行

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

こみに理念

寄り添う心と温かな手



新茶会

今年もお茶どころ静岡の新茶を味わいました。

茶娘の衣装を着ていただいて、華やいた新茶会になりました。



リハビリ活動報告

移乗の介助方法



5月の職員研修は、理学療法士・作業療法士が、移乗、乗の移りについて、技術研修を行いました。

移乗介助は、腰を痛めやすい介助でもあります。時には自分よりも大きな方を介助することもあります。

新人職員や経験年数が少ない職員は基礎を中心に、経験を積んでいる職員は応用を中心に、ブースを分けて学びました。

実技は、大柄な方の移乗、全介助の方の移乗、スライディング



クボードを用いた移乗』の3つを設定して行いました。

ブースを順次回りながら、自分の体格に合わせた方法を見つけたり、スムーズな移乗のための適切な事前準備を再確認したりしました。

各ブースが7人〜8人と少人数でできたので、相談し合ったり、実技し合ったりして有意義な意見交換をしながら学習できたと思います。ご利用者の安全とともに、介助者も安全で負担が少ない移乗を実践していければと思います。



職員紹介

この日は、杉山 晴美と申します。平成30年4月より、こみに居宅介護支援センターでケアマネジャーとして従事しております。どうぞ、よろしくお願い申し上げます。

実は、10年前に介護職とこのこみで働いてきました。またこみにお世話になるという、自分でも驚きですが、この縁を大切に心をこめて日々を過ごしていきたいと思っております。

趣味は、バリ舞踊を見たり、ガムラン音楽を聴くことです。



介護支援専門員
杉山 晴美

また、最近は一線に興味があり、チャンスがあったら習ってみたいと思っています。情報ををお持ちの方、ぜひ教えてください。

栄養コラム「きゅうりの話」

胡瓜』を知らない人は少ないほど、国民的な野菜ですが、実はキネスフックに『世界 栄養がない野菜』のNo.1に挙げられていること知っていましたか？

しかも、安心してください。ちゃんと栄養はありますよ。中には白く、淡色野菜に分類されますが、表皮のグリーンにはβカロテンが含まれています。発ガン予防、免疫力アップ。また、体内でビタミンAに変換され、髪・皮膚の健康、視力維持、皮膚の健康維持等の働きがあります。

白い部分は、カリウムを多く含むことで、塩分を排泄する作用があるため、高血圧に効果あります。利尿作用もあるので、むくみの解消にも効果あります。

これから旬のきゅうり。生がおすすです。サラダはもちろん、もろきゅうや酢の物、ぬか漬けにすれば、今注目の乳酸菌も増え、もここの野菜じゃ。

但し、生で食べるのこから洗ってくださいね。



みほしるべ

「三保を知る」+「道しるべ」

静岡市三保松原文化創造センターが、平成31.3月末にオープンしました。ご存知ですか？ 三保の松原は名勝として知られ、平成25年6月に富士山は、世界文化



遺産に認定されましたね。天気がとてもよく、三保までのドライブと、新しい施設の見学を楽しんできました。



囲碁ボランティア募

デイケアにて、ご利用者と囲碁の対戦をしてくださるボランティアを探しています。シニアサポーター大歓迎です。活動日は、毎週月曜日10時から1,2時間程度です。問い合わせTEL 209-0502 (担当 石割)



こみにデイケア 園芸クラブ 活動報告



園芸クラブで作っている畑が
どんどん充実してきています♪



小ぶりですが、玉ねぎを収穫しました。



枝豆を畑に植えました。
上手く出来たらビールのおつまみに♪



スイカの種をポットに植えました。
夏が楽しみ♪



他にも、イチゴや
じゃがいもが元気に
育っています。



こみに正面玄関とデイケア玄関
のお花の世話も行っています。

6月の誕生会

6/17~22

変わり風呂

森林の湯



★ウエスのご協力をお願いします。布きれ、古タオル、シーツなど大歓迎。