

第 22 号

みちあんない



平成 30 年 1 月 9 日 発行

特別養護老人ホーム ユンニこもれびの家

施設長 大井 敏一

発行元 サービス向上委員会

〒069-1203 夕張郡由仁町東栄 86 番地

TEL . 0123-82-2222

新年を迎えて

happy
new year

2018



明けましておめでとうございます。

皆様におかれましては、輝かしき新年をお迎えになったこととお喜び申し上げます。

本年は、社会福祉法人水の会が「自然から学ぶ」を設立の理念として、平成 11 年 3 月に北広島市で産声を上げて 20 年の節目の年になり、高齢者施設は、ユニこもれびの家を含めて、7 施設。保育園部門は道内に 6 施設、関東圏に 6 施設運営しております。

ユニこもれびの家は、平成 23 年 4 月に開設され、本年度で、8 年目を迎えることになりました。

開設当初よりご利用しております皆様方を始め、多くの方にご利用いただき厚く感謝申し上げる次第であります。

ご利用者のサービス向上に心がけ、研修することはもちろんの事、利便性を高める為、由仁セブンイレブン様、ヤクルト様、陽風堂様などの御協力もあり、出張販売を実施しているほか、お出かけし外食でのお楽しみや幼稚園、保育園のご協力を得て、クリスマス会や餅つきなど季節を感じて頂けるものにも力を入れて実施しており、今後も皆様の協力を得て実施したいと考えております。

本年度は新事業とし、由仁町の委託を受け、認知症カフェ「(仮称) いちいオレンジカフェ」をユニこもれびの家内の「いちいホール」で毎月開催の予定をしております。

この事業は認知症の心配のある方や関心のある方が集まり、お茶を頂きながら交流する場とするものです。由仁町の市街地にあり、皆様が集まるのには好適地と思い、地域交流の場としても開放する予定をしております。

また、本年は介護保険制度の 3 年ごとの見直しの年度にあたり 4 月からの制度改正の情報は今後新聞等でも発表されると存じますが、皆様に関係のあるものについてはご連絡申し上げたいと存じます。

職員一同、ご家族の皆様のご来苑をお待ちいたすとともに、今後ますます、みなさまのご発展ご健勝をお祈りし、はなはだ簡単ですが、新年のご挨拶といたします。

ユニこもれびの家 施設長
大井 敏一

新 そ ば 祭 り

10月18日

今年も厨房のレオック様の職人が来てくれ、毎年恒例の「新そば祭り」を行いました。そばを食べるだけではなく、今回は実際にうったそば玉に触れてみたり、実際にそば切りを行ったりと、様々な体験をしました。ご利用者は懐かしい思い出もあり、楽しく参加されていました。

これがうちたてのそば玉。これだけでもすごくおいしそうに見えてきた(^p^)



これぞ職人技！



私も挑戦！
上手く切れるかな？



お昼にはうちたてのそばをいただきました。いつも食べているそばもおいしいですが、やはりうちたてのそばは「美味しい」と言われ食べられていました。来年もまた美味しい新そばが食べられるよう元気に過ごしていきたいですね。



美味しそうなそば。
一緒にどうですか？



昔、蕎麦屋をしておりました。
今日は家族と一緒に頂きます。
やっぱり一緒に食べると一番おいしく感じるね。



もも・しらかばユニット

秋はさんまの美味しい季節。11月7日に当施設でも、職員の炭火で焼いたさんまを食べられました。しっかりと焼けており、脂も乗っていて「美味しかった」との感想でした。中に骨が無いかを確認しているご利用者もあり、楽しい食事会でした。

他にも10月31日にはみんなで外出し、お買い物をされています。食べ物や衣服を選んでいる時は主婦の顔をのぞかせていました。



あつあつのサンマ。
火傷しないように
気を付けてね。



これかわいい
な。やっぱりお酒
落しなきゃね。



これ美味しそう♪
みんなで食べよう。



さくら・かえでユニット

10月31日には握り寿司、11月には肉まんのお取り寄せを行いました。今回は寿司の実演がなく残念がるご利用者もいましたが、一口食べて笑顔が見られ、いつもはご飯やおかずを残される方も、美味しいと話されながら残さず食べられています。



たまに寿司も
いいもんだ！！



あげない
わよ☆

もみじ・こぶしユニット

11月30日に、皆様でおでんを取り寄せをしました。小さなおでんの容器を用意し、大根やこんにゃく、卵など注文したおでんの具を取り食べました。とても熱かったけど、皆様「美味しいよ」と笑顔で完食されていました。やっぱり冬と言えばおでんだね♪



やっぱり冬は
おでんだね。
一杯欲しくなるね。



大根も美味
しいけど、
卵も美味
しいよ。

おでん食べ放題！！



かしわ・くるみユニット

10月11日にさくら亭へ行き、お食事をしてきました。どれにしようかみんな悩んでいましたが、食べた後は「美味しかったよ」と喜ばれていました。

10月13日には千歳のサーモンパークへ行きました。長旅でしたが、美味しいデザートを食べたり、お買い物を楽しまれています。雨がパラパラと降っていましたが、楽しい1日になりました。

栗山
さくら亭



とても美味しそう
だね。
ぼくも一口食べた
いな♪



千歳
サーモン
パーク



ク ツ キ ン グ

31日 もも・しらかばユニット

ご利用者、職員と一緒に、ホットプレートでどら焼きを作られています。生地を混ぜたり、あんこを挟んだり、みんなで協力して美味しく出来上がりました。笑顔で美味しそうに食べられています。



生地はしっかりしないと味が落ちるからね…。

待つことも楽しみだよ



さくら・かえでユニット

みんなで一緒にクレープ作り。初めて作るご利用者が多い中、職員と一緒に作り方を確認しながら、生地を混ぜたり、クレープを巻いたりしながら、楽しく作りました。「甘くて美味しいね」等と言われるご利用者も多く、にぎやかな時間になりました。



グルグル回すわよ。

でも結構難しい…



クレープ作るの初めてだけど、頑張っています！今1口くらい食べてもばれないかな？



こ も れ び

もみじ・こぶしユニット

11月

今回は、秋という事で「南瓜だんご」を作りました。南瓜は硬く切れなかったので、蒸した南瓜を皆様に混ぜて頂きました。焼いた「南瓜だんご」を召し上がり「美味しいよ」「昔良く作ったよ」と笑顔でお話しされていました。



難しいね (笑)



どれもおいしそうですね。砂糖醤油につけて食べると、もっとおいしいよね。



美味しいね

くるみ・かしわユニット

くるみ、かしわユニットのみなで、どら焼きを作りました。中身はあんこではなく、カボチャあんを入れました。生地を作るのもみんな協力して作り、美味しく頂きました。ご利用者はみんな「甘くて美味しいね」「もう一個食べたいな」と言われています。



量が多いから大変だな。しっかり混ぜないとね。



みんなで一緒にいただきます★

完★成★品



出来立てです



ス 交 流 会

11日

お遊戯の後には園児よりプレゼントもありました。かわいい飾りをもらってご利用者の皆さんもビックリ。お返しにご利用者の皆から園児へのプレゼント。子供たちの笑顔を見る事が出来て、とても充実した1日になりました。



園児のお遊戯中。
園児も頑張っているけど、ご利用者の皆さんも真剣に見ているよ。



私たちがあんなに小さい時があったんだよね。あの頃に戻りたいわ。

かわいい飾りだね。どうもありがとう。

見 送



り

!

クリスマス

12月

由仁保育園より園児が来られ、ご利用者の皆さんにお遊戯を披露しました。園児は一生懸命にお遊戯をされており、それを見てご利用者の皆さんも「かわいいね」「一生懸命頑張ってるね」等と喜んでました。



みんないっぱい練習してきたんだね。とても上手だね。



今日はどうもありがとう。とても楽しかったよ。



なで



んみ



ク リ ス マ

22日

外は雪が積もっていて寒いけど、おいしくて暖かい料理もあって、皆の心と体はぽかぽかです。一緒に頂きますの合図が待ちきれず、先に食べようとするご利用者も…(笑)
このままみんな元気で、年明けを迎えたいですね。



2人で一緒に…
はい、チーズ！



ご利用者「サンタさん、クリスマスプレゼントまだー？」
サンタ「え？もう？」
…当時 22 日です(笑)



トナカイさんと一緒に記念写真！
…あれ？サンタさんは一緒にじゃないの？



由仁町のゆるキャラ、ユニ殿とそらち姫です。今日はクリスマスプレゼントを持って、こもれびの家のみんなに会いに来てくれました。
「由仁町にはユニの湯やハーブガーデン等、人気の観光地もあるよ。みんな、これからも由仁町をよろしくね♪」

ス

食

事

会

12月

今年もやってきましたクリスマス。今年も皆でおいしい料理を食べています。職員がサンタクロースの恰好をしたり、部屋の中にクリスマスの飾りをつけてあったりと、クリスマス気分いっぱい楽しい時間を過ごしました。…おや？何かいつもとは違うのがあるような…。



トナカイさんがいる。
クリスマスプレゼントはまだですか？

いつも仲のいい人と一緒にご飯を食べています。



! ?





まめちしき



ご利用者も15時におやつを頂いています。今回は、そのおやつについて豆知識をお伝えします。

豆知識1…お菓子をたべる楽しいひとときである、「おやつ」の時間。おやつと言われるようになったのは、その昔は一日二食だった為、八時（やつどき=午後二時頃）にもたべる習慣があったことに始まります。今では「3時のおやつ=お菓子」が一般的です。おやつにお菓子をたべることで心が癒され、暮らしに潤いが与えられますよ。

豆知識2…子供にはおやつが大切、と言われていています。それは、子供は一度の食事で食べられる量が少ないので、3度の食事で必要な栄養やカロリーが充分にとれない場合があります。自然の恵みをふんだんに使ったお菓子は、栄養があるため、3度の食事で足りない分を補うことができます。食事とのバランスを考え、お菓子を食べる時間や量をきちんと決めることが大切です。お菓子は、健康な体づくりにも貢献してくれる、頼もしい味方です。

豆知識3…砂糖は、ブドウ糖と果糖という成分からできていて、ご飯やパンに比べると消化・吸収されやすく、素早くエネルギーになります。そのため、勉強で頭が疲れた時や登山やハイキング、スポーツをした時に、砂糖の入ったお菓子を食べると疲労回復が早いと言われていています。疲れた時に甘いものが欲しくなる、そんなときに砂糖の入ったお菓子を食べるのも効果的です。



医務便り

インフルエンザとは？



インフルエンザウイルスによって、11月～4月頃に掛けて流行する呼吸器感染症！ウイルスの抗原性の違いから、A型、B型、C型に大きく分類されます。人の世界で広く流行するのはA型とB型です。潜伏期間は1～4日（平均2日）です。

症状は、突然の急激な発熱（38.0℃以上）で始まり、嘔頭痛、筋肉痛や倦怠感などの全身症状です。ウイルスは感染者の鼻、喉より、ウイルスが排出されています。ウイルスの感染力を示す期間は、症状出現1日前から、発症後5日程度で、最も感染力が強いのは初期の3日間です。ウイルスは気管でしか増殖しません。飛沫には大量のウイルスが含まれており、発症後24～48時間でピークに達します。喉、くしゃみ、唾液などの飛沫と共に放出されたウイルスを鼻腔や気管に吸入することや、飛沫が付着したものを触った手に着き、それを介しての感染があります。インフルエンザにかかった時には、すぐに病院受診し、抗インフルエンザ薬を服用することにより、罹患期間を短縮することが出来ると言われています。そして乾燥に気を付け栄養と水分を摂取し、安静に休むのが一番です。

