

第 29 号

つばき

発行責任者／瀬端 毅
編集委員／仁平 光洋
藤田 華枝
神奈川知芳
武井 大輔
木名瀬直美
関口 知充
草間 ゆりこ

平成25年4月1日発行

(題字 柳 橋 克 徳)

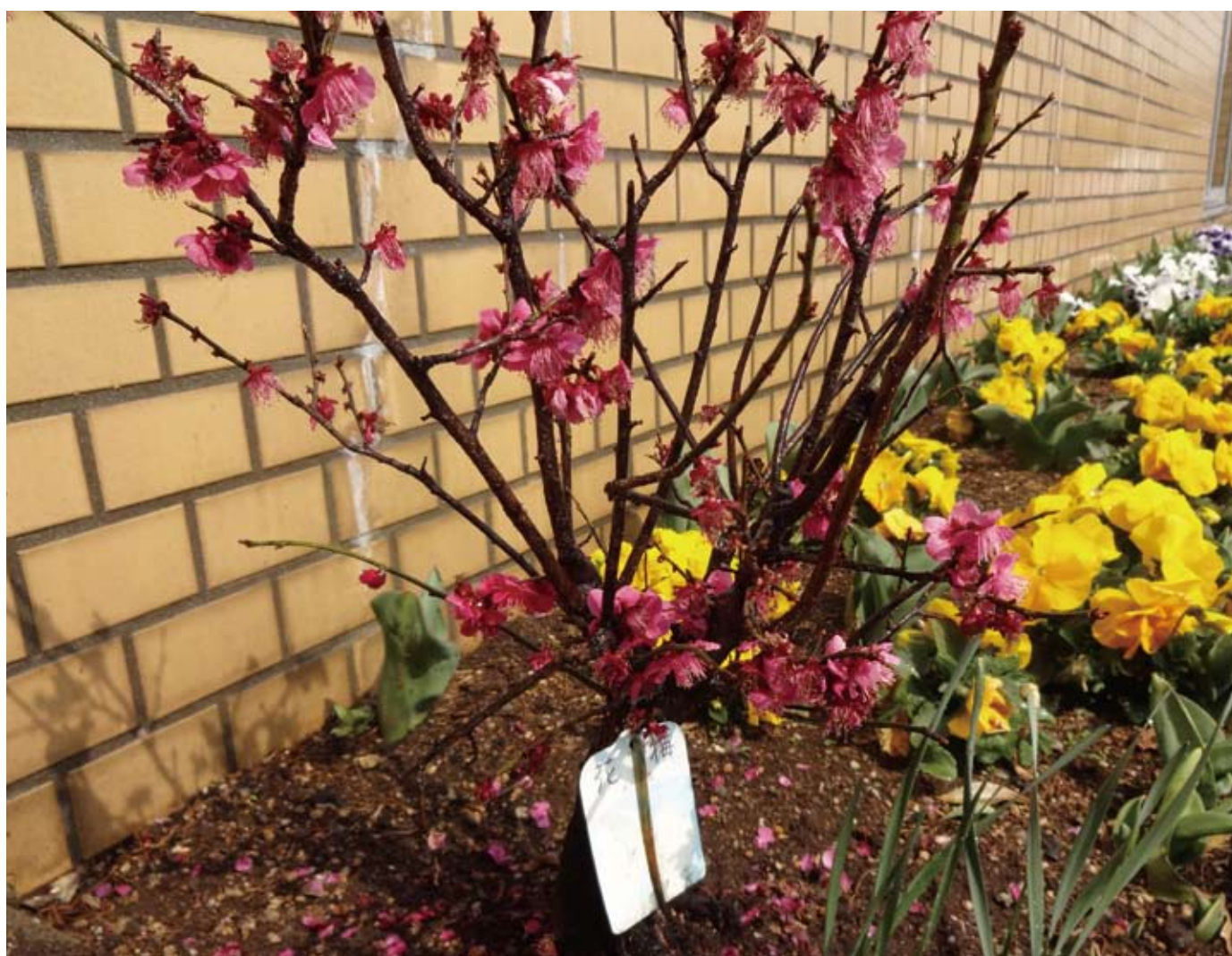
〒309-1107

茨城県筑西市門井 1677-21

TEL.0296-57-5125 FAX.0296-57-5126

URL <http://www.kohtokukai.jp>

E-mail: sumireen@kohtokukai.jp



目 次

施設長あいさつ・ご利用者様抱負・すみれ園年男★年女……	2
A E Dの設置・防災訓練……	3
もちつき・忘年会……	4
新年会・節分……	5
花粉症と食生活の関係・ナイスハートふれあいフェスティバル2012	
退職のお知らせ・編集後記……	6

障害者総合支援法施行

施設長あいさつ

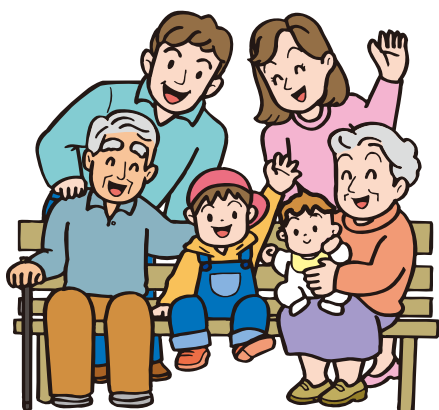


すみれ園施設長

瀬端 毅

いよいよ四月より障害者総合支援法が施行されます。今回の法施行につきましては、サービス事業体系が変わるような、大きな変更はございませんが、まず本年四月から、難病一三〇疾病が障害福祉サービスの支給対象者になります。次に、一年後の平成二十五年四月から、障害支援区分の創設と、ケアホームとグループホームが一本化され、グループホームに名称が統一されます。

その他、幾つかの変更点はございますが、今回の改正では、ご利用者様の負担金が変わる等はありません。すみれ園としましては、これまでどおり「丁寧な支援」を心がけ、ご利用者様の、健康と安全を第一に考えサービス提供をしてまいります。



2013★抱負★

年男
年女

麻雀をもっと上達させたい



柳橋 克徳様

BIGな男になりたい



石井 宏幸様

★生活支援員

青柳 ふみ子

健康第一に
頑張りたい!!

★生活支援員

宮田 卓

今年も頑張って
仕事に励みたい!!

★サービス管理責任者

小林 ゆう子

体重を元に
戻したい



今では官公庁をはじめ、公共施設や一般企業など、建物の玄関先や屋内でAEDを見かける機会がだいぶ増えてきております。

すみれ園におきましても、緊急時（意識不明・心肺停止等）に備え、AEDを屋内に設置いたしました。またそれに伴って、施設職員全体での講習会も実施しております。



AED（自動体外式除細動装置） の設置

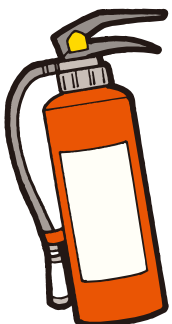


平成二十五年二月十三日に、夜間の時間帯を想定した、火災避難訓練を実施しました。火災通報や避難誘導を中心とした訓練でしたが、ご利用者様、職員ともに訓練に真剣に取り組み、防災意識と対応の向上に大きく役立っていると感じています。

今後も、停電・震災等の訓練を行い、より災害に迅速かつ適切な対応がとれる施設になるよう、努力していきたいと思っております。

防災訓練を実施しました

総務係長 猪野 貴之





クイズに
答えるさー



食事も、好きな物を食べていただけよう考え、バイキング形式にしました。お寿司やカレー、クリスマスが近かったという事もありケーキも数種類用意し、大変好評を頂きました。



平成二十四年十二月十九日(水)、すみれ園内にて行われました「すみれ園 忘年会」。一年の締めくくりとして行われる行事として、どうすればご利用者様に楽しんでいただけるか、満足していただけるか非常に悩みました。

一年の締めくくりには何がふさわしいのか：考え出すと切りはありませんでしたが「一年を振り返る事で様々な出来事や楽しかった思い出を共有していただく」ということを前提に会を考えていきました。

平成二十四年に起こった日本の様々な出来事や、すみれ園の出来事を問題としてクイズを行いました。クイズとしての楽しみと「ああ、こんな事もあったなあ」や「これも今年だったか」と一年を思い出していただけようでした。年末の恒例番組「紅白歌合戦」に準えて、男性ご利用者様・男性職員による「白組」と女性ご利用者様・女性職員の「紅組」での対抗戦を行い、大差をつけての白組の勝利に終わりました。途中面白い回答が飛び出したこともあり、ご利用者様・職員共に大いに笑い、大いに盛り上がりつつあったと思います。

今回の忘年会を経て、平成二十五年もご利用者様・職員共に健やかに過ごしていけたら良いと思います。ありがとうございました。

生活支援員 安保 裕史

もちつき

生活支援員 草間 ゆりこ



十二月二十六日(水)、すみれ園にてもちつき会が行われました。今年もご利用者様と職員が一緒に力を合わせて餅つきを行いました。その一生懸命に餅をつく姿を見て、周囲にいたご利用者様や職員から「よいしょ！よいしょ！」と力の入った掛け声がかかり、拍手とともに会場は熱気に包まれていました。





職員お手製



今回の新年会では醤油・塩と二種類の味を楽しめるモツ鍋を準備し、ご利用者の方々に「美味しい鍋だった!」と大変好評を得ました。

また、ただ余興や鍋会食を行うのではなく、場の雰囲気盛り上げる音楽を流す事により、ご利用者様が満足していただけた新年会になったと思います。

一月十六日(水)すみれ園内において、ご利用者様の新年会を開催しました。今回の新年会の余興として、新年という事もありゴム風船と、プラスチックの板を応用した羽子板を使い羽根つきを行いました。各グループに分かれて楽しく羽根つきをされご利用者様にとって満足した余興になったかと思ひます。

生活支援員 仁平 光洋



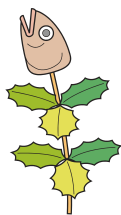
新年会を終えて



節分

平成二十五年三月三日すみれ園内にて豆撒きが行われました。私自身、節分とは鬼を払う(厄払い)程度にしか理解していませんでしたが、正しくは「穀物には生命力と魔除けの呪力が備わっており鬼に豆をぶつけることにより、邪気を追い払い、一年の無病息災を願う」と言う意味だそうです。すみれ園では男性職員が鬼に扮しご利用者様が力一杯、豆をぶつけていました。また豆は年の数と同じまたは1つ多く食べると、体が丈夫になり、風邪をひかないという慣わしがあるそうです。

生活支援員 武井 大輔



花粉症と食生活の関係

栄養士 木名瀬 直美

近年、花粉症に悩む人が増えた原因の一つに食生活の欧米化があると言われています。これまでの野菜や魚中心の食生活から、肉を中心とした高たんぱくや高脂質の欧米型の食生活へと変化してきた事で、野菜不足や栄養の摂りすぎ、食品添加物の増加など、アレルギー症状を引き起こしやすい体質へと変化する原因となっています。

食生活を改善することで花粉症などのアレルギー症状を完全に防ぐというのは難しいですが、少しでも予防・軽減のためにも食生活を見直してみましよう。

【花粉症予防・対策に効果的な食生活】



- ・食事は規則正しく、バランス良く
- ・旬野菜で食物繊維をたくさん摂る
- ・きのこ類、魚介類、にんにく、玉ねぎを積極的に摂る
- ・ジュースなどは控えめに、お茶やミネラルウォーターで水分補給を
- ・肉、卵、乳製品などは摂りすぎるとアレルギー体質になりやすいと言われています
- ・辛いものやアルコールなど、刺激物は控えめに
- ・甘い物、冷たい物の摂りすぎに注意
- ・アルコールは控え、飲む場合はビールより日本酒・ワインを少量
- ・インスタント食品や加工食品など、添加物の多く含まれるものは控えめに
- ・サラダなどにはノンオイルドレッシングを少量

ナイスハートふれあいフェスティバル2012

平成二十四年十二月六日から十日の期間、茨城県立県民文化センターでナイスハートふれあいフェスティバル2012 ナイスハート美術展が開催されました。すみれ園のご利用者様も一般の部に「書道部門、陶芸工芸部門」に作品を出品しました。作品が審査を受けた結果、書道の部において青柳真代さんの作品「浄心」が茨城県知事特別賞を受賞しました!!

茨城県知事特別賞授賞

すみれ園 青柳 真代

去年に続き今年も受賞できると思っていたにもかかわらず、驚いたと同時にとても嬉しかったです。書道の部・茨城県知事特別賞を受賞することができたので今後作品作りに励んでいきたいと思っています。

今年も茨城県知事特別賞を受賞した青柳さん!!



退職のお知らせ

一月三十一日、三月三十一日付けで二名の職員が退職されました。

・生活支援員

斉藤 かおりさん（一月三十一日付退職）

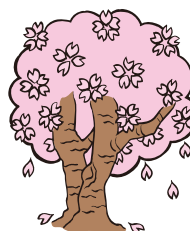
・生活支援員

飯島 望さん（三月三十一日付退職）

新天地での

活躍を

祈っています。



編集後記

まだまだ寒い日が続きますが、皆様どのようにお過ごしでしょうか？私は先日プラナリウムに行ってきました。この年齢になって初めてのプラナリウム体験です。真つ暗なドームの中で満天の星空を見上げるのは本当に感動しますね。とても綺麗でした。

現在は冬の星空を眺める事が出来ませんが、春には春の星座や星空を眺める事が出来るので春が来るのが待ち遠しいです。また、これからの季節、満開の桜と夜空に広がる星を眺めながらの散歩もいいですね。皆様の中でプラナリウムに行った事が無い方は、是非プラナリウムに行つて感動を味わってみてはいかがでしょうか？

Y・K

