

新年のご挨拶

新年あけましておめでとうございます。
日頃より、地域の皆さまには共立介護福祉センターいけだへの温かいご理解とご支援を賜り、心より感謝申し上げます。

いけだセンターが開設し今年は12年目を、特養いけだの里は9年目となります。地域で頼りになる介護施設・事業を目指してまいりましたが、お役に立てるようになったのでしょうか。昨年私たちは「ケアの倫理」を学ぶことができました。誰もがケアなしでは生きてはいけないという当たり前のことですが、効率重視の現代、ケアの価値が低くなっていると感じています。一人一人が大切にされ、ケアって凄いだって発信できる施設を目指してまいります。本年も変わらぬご支援を賜りますようお願い申し上げます。(太田)

「お酒は少しなら健康に良い？」

お酒は百薬の長と言われ、少しのお酒は体に良いとされてきた歴史があります。しかし近年は少量の飲酒でも高血圧やがんのリスクが上がるとの研究結果が出ており、飲酒量を出来るだけ少なくすることが重要とされています。また、お酒は30種以上の病気の原因(WHO)とも言われています。お酒に強い弱いは関係なく1日に飲むアルコール量が男性40g以上、女性は20g以上になると、健康リスクが高くなるともいわれています。

「飲まずにはいられない」「付き合いで」等々がありますが長寿の時代、健康寿命を延ばすために飲酒量を再考してみませんか？

アルコール20gは、ビール500ml
日本酒1合 焼酎グラス半分 です。
(飲んでよいという意味ではありません)



明けておめでとございます。旧年中は皆様から温かいお礼をいただき、本年も利用にあたり協力をお願いいたします。本年も笑顔で迎えるよう努めます。職員一同頑張ります。恒例の正月会も、お正月の料理は格別おいしいですよ。今年も皆様の笑顔あふれるいけだの里にしたいです。本年もよろしくお願いいたします。(鈴木)

明けておめでとございます。今年のお正月は、お正月の歌を歌ったのんびりとしたお正月を過ごしました。家族の方も大勢来てくれ入居者の方々も嬉しそうに食べていました。年末からクリスマスまでの料理を食べ、お餅を食べ、年越しそばを食べ、ごちそうが続いていました。お正月の料理は格別のようでした。今年も皆様の笑顔あふれるいけだの里にしたいです。本年もよろしくお願いいたします。(鈴木)

今月のまいほーむいけだ
「おせちと正月」



今月のいけだの里
「お正月」



「譲れないこと」はなんですか？

介護福祉サポートいけだはケアマネジャーの事業所です。この新聞を読んでいる方の中には「うちにも来ているよ！」という方がいらっしゃると思います。反対に「誰？何をやる人？」という方もいらっしゃるかもしれませんね。

・何をやる人ですか？

介護保険サービスを利用するためにケアプラン(手順書のようなもの)を作ったり、介護認定の手続き、事業所との連絡調整、介護についての困り事の相談…がケアマネジャーの主な仕事です。一か月の前半は保険請求や事務作業、中盤から後半にかけては受け持ちの利用者さんのお宅を訪問して、新たな困り事がないか、利用しているサービスに問題はないかなどをお聞きして回っています。

・ケアマネになるには？

医療や介護の国家資格を取得して5年間経験を積んだのち、試験に合格するとされます。いけだのケアマネジャーは介護福祉士や社会福祉士、看護師、保健師…元の資格も様々です。みんなの経験や知識を持ち寄って、より良い支援ができるよう努力しています。利用者さんの「最期まで〇〇したい」譲れない想いをオーダーメイドのケアプランで応援します！



次回



お楽しみに



毎月第4土曜日 14時～16時

オレンジカフェいけだ



12月27日（土）のオレンジカフェのようす

12月は、山梨県立大学から講師を招き、認知症予防のための脳トレゲーム、吹き矢、ボードゲームを実施しました。吹き矢に関しては、腹式呼吸により、血流改善、筋力維持、ストレス解消になり、高齢者に適した生涯スポーツでもあります。集中力や、精神を落ち着かせる効果もあり、認知症予防にも適しております。参加者全員が、おもちゃの吹き矢を窓の的を目掛けて、熱心に狙っており、参加者からも「初めて行ったけど、楽しい」「的に当たると快感」と笑顔が沢山見られました。ボードゲームも熱心にされて、和気あいあいと取り組まれていました。頭を使って悩みながらすることで脳が活性化されるため大切なこと、と講師の先生からお話がありました。

相談件数は2件で、1人目の方は、今回が初めてのオレンジカフェへの参加でした。家族が認知症の初期症状が始まり、少し困っているとのことでした。ただ、包括に相談、ケアマネジャーも付いて、介護保険を利用しており、「話を聞いてもらってよかった。困ったときに、相談できる場所があり安心できる。」と話されていました。2人目の方は、リピーターの方で、少し耳が聞こえづらくなっているとのことでした。リピーターの方で、職員との関係も構築されていた為、相談できたとおっしゃっていました。SW・保健師が対応して、適切な受診支援に繋がったと思います。



1月のオレンジカフェは「体力測定」でした。

詳しくは次回ニュースでお知らせします



2月のオレンジカフェのご案内

2月28日（土）…ハーバリウム

送迎をご希望の方は、当法人の職員が送迎いたします。
健康体操や体験企画のほか、認知症や健康など日々のお困りごとに関する
ご相談も当法人の専門職員が伺います。

参加をご希望の方やオレンジカフェに興味のある方は、下記までお気軽に
ご連絡ください♪

特別養護老人ホームいけだの里
甲府市下飯田 1-2-17 ☎055-236-3500
担当：太田

共立介護福祉センターいけだ

- ・まいほーむいけだ(看護小規模多機能型居宅介護)
- ・訪問看護ステーション
- ・ヘルパーステーション(訪問介護)
- ・ヘルパーステーション(定期巡回・随時対応型訪問看護介護)
- ・介護福祉サポートいけだ(ケアマネジャー)

特別養護老人ホーム いけだの里

- ・ショートステイ いけだの里
- ・有料老人ホーム いけだの里

いけだブログ紹介

いけだセンターといけだの里
では、毎月さまざまな内容の
ブログを更新しています！
右のQRコードからブログを
見るができます。
ぜひ、ご覧ください♪

<いけだセンター> <いけだの里>

