きらめき

-第１０７号-
皇寿園広報
きらめき
発行日/令和4年7月1日

私たちは、『皇寿園で良かった』と喜ばれる施設を目指します。

新茶でほっと一息

～季節を感じて～

梅雨から夏にかけて季節の変化を感じる時期です。皇寿園でも感染予防対策のため、全体での行事は控えていますが、各階ごとに行事を行い、天気の良い日には園内を散歩したりと、コロナ禍でも利用者の皆様に季節感を味わっていただけるように日々工夫をこらしています。

５月は新緑が輝く季節で、新茶の時期でもあります。今年は５月２日が八十八夜で、利用者の皆さんも新茶をいただきながらゆっくりとした時間を過ごしていただきました。

梅雨が過ぎるといよいよ夏本番となります。夏バテせずにしっかりと体調管理し暑い夏を乗り越えていきましょう。

～今号の内容～

P２　母の日・父の日特集
P３　皇寿園の行事・お知らせ
P４～P５　皇寿園介護課の取組
介護のワンポイントアドバイス
P６　地域福祉情報
P７　デイサービス情報
P８　きらめき人・編集後記・他

☆母の日・父の日特集☆ お父さんお母さんありがとう！

５月８日と６月１９日は「母の日」と「父の日」でした。皇寿園にもこれまで仕事や家事を誰よりも頑張って来られたお父さん・お母さんが大勢いらっしゃいます。
これまでの感謝を込めて、家族会からもカーネーションとバラの花をプレゼントいたしました。ご家族様も毎年、この時期は多くの皆様の面会がありますが、新型コロナウィルスの感染予防対策により面会制限をさせていただいておりますので、窓越しでの面会や差し入れされるご家族様もおられました。母の日・父の日にあわせご家族の皆様から大切なお父様、お母様へのメッセージを頂きましたのでご紹介させて頂きます。

（３階）内堀　きみ子様　娘様より

いつも笑顔の母。
子供時代から変わらないでいた母でしたが、突然の病でそれが消えました。しかし取り戻した母。皇寿園さんの日常で。

お母さん
ありがとう！

（２階）齊藤　タミコ様　息子様より

元気で明るく長生きしてね。

（１階）和田滿洲雄様　（１階）和田朝子様

今の私があるのはあふれる愛情いっぱいで育ててくれた両親のおかげです。これからも2人仲良く健康で長生きをして下さい。いつもありがとう！感謝しています。
娘様より

皇寿園4月～6月の行事

辞令交付式（４月）

皇寿園・明星園合同防災訓練

園芸クラブ（１F）

書道クラブ

誕生会

梅シロップつくり

お花見

☆お知らせ☆

◆新しい保険証等のご提出のお願い◆

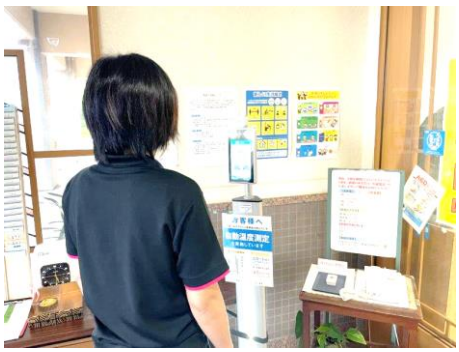
８月１日付で保険証等が新しくなります。ご自宅に届きましたら事務所窓口までご提示・提出ください。①介護保険負担限度額認定証（更新をされた方が対象）　②介護保険負担割合証（全てのご利用者が対象）③後期高齢者医療被保険者証（75歳以上の方が対象）　④後期高齢者限度額適用・標準負担額減額認定証（要件を満たす方が対象）　⑤重度心身障がい者医療費受給資格者証（更新をされた方が対象）　以上５種類の認定証は７月満了となり対象者の方には随時認定証が送付されますので、中身をご確認いただき事務所窓口までお持ちいただきますよう宜しくお願いします。

◆面会への対応について◆

新型コロナウイルスの感染状況に応じて宮崎県が独自で発令している警報区分「医療警報」が6/１９より解除となりましたが、皇寿園の感染対応につきましてはこれまで同様継続いたします。今後も、ご家族様の面会につきましては、直接面会は中止とし、WEBまたは窓越しでの面会とさせていただきますのでご協力宜しくお願いいたします。尚、直接面会を再開する際にはあらためてご連絡いたします。

◆タブレット型サーマルカメラを活用しています◆

公益財団法人JKAから2021年度の競輪の補助を受けて、施設玄関にタブレット型サーマルカメラを設置しております。職員や一般訪問者の発熱の有無が確認でき、感染拡大の防止策に活用させていただいております。



皇寿園介護課の取り組み　ケアプランを基本に、個々の利用者に合わせた支援を。

令和４年度の介護課実践計画

１）利用者様の残存機能・能力を活用し、「出来る事を奪わない」「待つ」介護を行っていきます。
２）ご家族様や地域との繋がり、協力を大切にして、一人ひとりひとりがその人らしい生活・あたりまえの生活をおくることが出来るよう支援します。
３）利用者様の尊厳を守り、ひとりひとりを主体としたケアを笑顔で謙虚に実践する。

１階介護課

～利用者主体の生活の場の提供～

1階では毎月ごとにいろんな行事を開催しています。今月の園芸では、利用者の方々に手伝っていただきトマトなどを植えたりしました。皆さん丁寧に植えてくださいました。また、母の日もありましたので手作りのカーネーションを贈らせていただきました。今後も利用者の皆さんが楽しく過ごせるように支援していきたいと思います。

２階介護課

～寄り添う時間を大切に！～

2階では、いこいクラブやカフェ時間、余暇時間などの活動を行っております。余暇時間には散策をし、散策時に見つけた花を摘み、フロアーに飾ったり、旬の食べ物を食べて季節を感じております。また5月の制作活動の時間には、こいのぼりやかぶとなどの貼り付けをし、フロアーに飾っておりました。これからも季節を感じながら楽しく活動していきたいと思います。

3階介護課

～季節を感じ旬を味わう！～

３階では利用者様に季節を感じて頂く為、いろいろな行事を行っております。５月には新茶を振る舞い皆様美味しいと喜ばれておられました。これからも楽しんで生活して頂けるよう行事や活動に力を入れていきたいと思います。

介護のワンポイントアドバイス

エコバッグを清潔に保つためのポイント

2020年よりレジ袋が有料になり、折り畳め、持ち運びに便利なエコバッグが重宝されています。そんなエコバッグですが使い方によっては異臭の原因になったり、見た目は汚れていなくても、湿ったままにしておくと細菌が増殖します。エコバッグを清潔に保つために普段から意識したい5つのポイントを紹介します。

その①　定期的に洗いましょう

◆コバッグの取り扱い表示などに従い、洗濯機か手洗いで洗いましょう。
◆洗った後は、しっかり乾かしましょう。（頻繁に買い物に使うのであれば、乾きやすいポリエステルなどの素材のものを選ぶとよいでしょう。）

その②　汁漏れが心配な肉や魚、土がついたままのラップされていない野菜はポリ袋に入れると安心です。

◆肉や魚の汁、野菜の土がエコバッグや他の食材に付着しそうな時はポリ袋に入れましょう。
◆使用したポリ袋は、再利用せず、適切に捨てましょう。

その③　エコバッグに入れる順番に気を付けましょう。

◆肉、魚、冷蔵・冷凍食品などはまとめて入れて、温かいものと密着しないように入れましょう。
◆硬いものや重たいものを下に入れましょう。荷物が安定し、食品の汁がこぼれにくくなります。底が平らなエコバッグも荷物が安定します。

その④　食品と日用品を入れるエコバッグを区別しましょう。

◆食品を入れるバッグと、日用品を入れるバッグは使い分けると衛生的に使用できます。

その⑤　エコバッグの持ち運びは、短時間にしましょう。

◆肉、魚、冷蔵・冷凍食品などが入ったエコバッグを持ち運ぶ際には、短時間で家に戻り、直ちにに冷蔵庫に入れましょう。
◆車で運ぶ場合には、涼しく衛生的な場所に置き、トランクに置くのを避けましょう。

清潔なエコバッグで買い物を楽しもう！

農林水産省消費・安全局食品安全政策課PDF資料より転載

皇寿園居宅介護支援センター/皇寿園在宅ケアセンターからのお知らせ（TEL３２－４５６５）

在宅サービス

令和4年度　第２回前浜地区高齢者サロンを開催しました

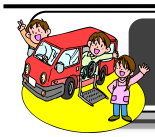
令和４年6月9日(木)に、前浜地区自治会公民館にて「令和4年度第２回前浜地区高齢者サロン」を開催いたしました。今回は、「食中毒予防・脱水予防について」という演題で、講師として中央東・檍北地区包括支援センターの保健師であります黒木氏、株式会社大塚製薬工場の中村環氏よりご講義いただきました。

食中毒予防の６つのポイント

①食品の購入	生ものや冷凍食品は買い物の最後に。購入したら寄り道せずに早く持ち帰る。
②家庭での保存	冷蔵や冷凍が必要な食品はすぐに冷蔵庫へ。頻繁な開け閉めは庫内の温度が上がる原因に。
③下準備	まな板・包丁は肉・魚・野菜類用をそろえ、使用後は洗って熱湯を。冷蔵食品の解凍は冷蔵庫かレンジで。
④調理	調理に使う箸と食事の時の箸は分ける。調理を途中でやめる時は、食品は冷蔵庫へ入れる。
⑤食事	温かい料理は温かいうちに(目安は６５度以上)に、冷たい料理は冷たいうちに(目安は１０度以下)に食べる。
⑥残った食品	温めなおす時は十分な加熱を。室温で２時間以内以上放置したものは、食べずに捨てる。

脱水症や熱中症予防

❶室温は２８度を超えないように、エアコンや扇風機を使用しましょう。
❷外出するときは涼しい服装で、日よけ対策をしましょう。
❸無理をせず、適度に休憩しましょう。
❹暑さにカラダを慣らしていきましょう。
❺気温が高く、汗をかいているときは喉が渇いてなくても、水と電解質(塩分など)をこまめに補給しましょう。
❻栄養バランスのよい食事をしっかりととりましょう。
※人は一日に必要な水分の約半分を、食事から摂取しています。
❼日頃からカラダを動かして、体力づくりをしましょう。
※筋肉は、カラダの水分を貯めるタンクの役割をしています。
脱水症には、ただの水やお茶、ジュースでは体液が薄まったり、尿として排泄され悪循環となりやすい為、経口保水液(飲む点滴)「ＯＳ-１」が一番、体液に近い成分(水分・塩分・糖分)と同じバランスで作られておりカラダに吸収しやすいとの事です。災害時にも役立つとも言われています。各ご家庭に常備してみてはいかがでしょうか。



皇寿園デイサービスセンター情報

☎31－6263

たくさんの花が咲き、季節の移り変わりを感じています。梅雨入りが遅く、雨が続き、ジメジメとした日が続きますが『恵みの雨』と気持ちを切り替えて、送迎も安全運転を心掛けていきたいと思います。
感染予防も継続しながら、様々な行事、レク活動を実施しています。今後も感染予防を第一に、安心してご利用いただけるサービス実施に努めてまいります。今後ともどうぞ宜しくお願いいたします。

鯉のぼり作り

令和4年4月
子供の日に向けての製作活動。折り紙の兜をウロコに見立て、ちぎり絵で鯉のぼりを作成しました。皆さん、それぞれの力を発揮され、立派な鯉のぼりが出来ました。皆さんの集中力お見事です。

母の日

令和4年5月
今年の母の日は5月8日でした。手作りのカーネーションに思いを込めてプレゼント。素敵な笑顔を見せてくださいました。皆さんお花がよく似合います。

梅ジュース作り

令和4年6月
毎年恒例の梅ジュース作り、青梅５kg分を利用者の皆様で下ごしらえから漬け方まで行いました。昔取った杵柄ですね。

７月、8月、9月も感染予防対策を実施しながら、季節を感じて楽しんで頂けるような行事、レク活動を予定しております。

きらめき人

介護課３階フロア所属
すえまつ　たくみ
末松　琢海さん

専門学校を卒業後、皇寿園に入社しました。
入社してまだまだ不慣れな点ばかりですが、職員の皆様方が優しく指導をして頂きながら日々頑張っております。
皇寿園の職員という自覚を持って利用者様が楽しく笑顔で生活していただけるよう支援していきたいと思います。
よろしくお願いします。

皇寿園の新職員紹介
新しい職員が仲間入りしました！

介護課　３階フロア所属
きよはら　あさみ
清原　麻美さん
令和４年６月１日より勤務

看護課所属
ふじもと　まりこ
藤元　真理子　さん
令和４年６月１６日より勤務

看護課所属
ひらばら　じゅんこ
平原　淳子さん
令和４年６月１５日より勤務

介護課所属
たかつか　まゆ
高塚　麻由　さん
令和４年４月１日より勤務

編集後記

暑い夏がやってきました。マスク生活に慣れてはきたものの、夏のマスクにはまだまだ耐えられないものがあります。皆さん、マスクや暑さによる熱中症・夏バテには充分気を付けてください。

７月といえば、七夕ですね。宮崎の空は梅雨が上がらず天の川を見られない事もありますが、今年は満点の星空が見られることを期待して、７月７日を待ちたいと思います。

まだまだコロナ禍で落ち着かない日々が続いておりますが、自粛の緩和で少しずつ日常生活を取り戻しつつあります。早く以前の生活に戻れる日が来てほしいものです。

7～9月の行事

7月
ライトガーデン（第2水曜）

8月
ライトガーデン（第2水曜）
迎え火・送り火

9月
ライトガーデン（第2水曜）
皇寿園・明星園合同敬老会

この他にも、毎月各フロアごとに誕生会・レクリエーション・茶話会等、随時開催しております。

発　　行　：　特別養護老人ホーム皇寿園・皇寿園在宅福祉事業部
編集スタッフ　：　谷口 緋莉　阿部 彰人　森永 明日香　田中 美帆　橋口 亜美　齊藤 太郎
西 達郎　若林 大介　押川 良子　納富 理世　赤澤 美和　水元 和幸

皆さんのご意見もお待ちしております。連絡先 → 特別養護老人ホーム　皇寿園
宮崎市阿波岐原町前浜４２７６番地６５０　TEL２４-８５１８　FAX２４-８６２４