

さかえ通信

VOI.45



CONTENTS

P2 さかえハートみらい
P3 さかえグリーンハート川口
P4 さかえグリーンハート美術館通り
P5 さかえライフハート美術館通り
P6 さかえライフハート安積
P7 さかえハートホーム矢吹

P 8 さかえサンライズハート
P 9 さかえマイハート希望
P10 さかえデイサービスセンター
P11 さかえ居宅介護支援事業所
さかえ内科クリニック
P12 令和元年 栄心会 忘年会

さかえハートみらい

～クリスマス会～

12月25日(水)に『クリスマス会』を開催しました。
職員によるスコップ三味線とひげダンスを披露し、皆様
笑顔で楽しまれておりました。サンタとトナカイも登場し、
お客様へプレゼントを配られました。



～書初め～



新年最初のレクリエーションとして『書初め』を行いました。
初めのうちは「字は下手だから」「手が震えるから」と
気が進まない方も多かったのですが、お手本を見なが
ら、職員に手を添えてもらいながら、書き進めるうち
に「もう一枚」「次は〇〇と書いてみるか」と筆が進んだ
ようです。四季折々、伝統の行事も大切にしながら利
用者様と楽しい時間を過ごしていきたいと思ひます。

～祝☆成人～

無事に成人式を迎える事が出来た介護職員がおります。
成人式 式典後に施設に立ち寄られ振袖姿を披露、入居
者様も笑顔で大変喜ばれておりました。
高卒で人一倍努力をし、一步一步成長している姿を見る
事が出来ております。
今後も人材の育成に、より一層励んでいきたいと思ひます。



～団子さし～



各ユニット、通所リハビリで『団子さし』を行いました。
「豊作祈願」「一家繁栄」「豊かな生活」
の願いを込めながら、楽しんで行う事ができました。

さかえグリーンハート川口



クリスマス会

それぞれ、飾り付けをして頂き、オンリーワンの手作りクリスマスケーキと、
スタッフによる手品&ハンドベルの演奏をお楽しみ頂きました。



令和2年 正月

甘酒&抹茶 かるた&福笑い&二人羽織



さかえグリーンハート美術館通り

蕎麦打ち



(株)メフォス様による蕎麦打ちが行なわれました。実演を目の前に皆様夢中でご覧になっていました。昼食では、打ちたての蕎麦と色鮮やかなかき揚げを堪能されました。

クリスマス会



クリスマスソングの合唱や釣りのゲームなどを楽しまれた後、スタッフ特製のパンケーキ・お好み焼きパーティーを行ないました。サンタからプレゼントも贈られ、一足早いクリスマスを満喫されました。



桜の咲き具合で運勢を占う桜みくじをご用意し楽しんで頂きました。また、無病息災で元気に過ごせるよう祈りながら獅子舞に邪気を食べてもらいました。



団子さし



無病息災と五穀豊穡の願いを込めて飾りつけを楽しまれました。

行事食

文化の日



- ・魚の幽庵焼き
- ・きゃべつのごま酢和え
- ・フルーツ (オレンジ)
- ・なるととキヌサヤの清汁
- ・きのこごはん

勤労感謝の日



- ・フライ盛り合わせ (エビ・メンチ)
- ・筑前煮
- ・ほうれん草のごま和え
- ・なるととかいわれ大根の清汁
- ・赤飯

さかえライフハート美術館通り

クリスマス会

12月16日(月)に尚志幼稚園の園児さんとクリスマス会(交流会)を行ないました。園児たちの可愛い『おすし^めやカレー^めのダンス』などを楽しそうにご覧になり、一緒に歌っておりました。スタッフの紙芝居やイス取りゲームなどで楽しんだ後、クリスマスメニューのお昼をいただき、その後、スタッフが扮したサンタさんたちからのプレゼントに皆さん笑顔で喜んでいただきました。



餅つき

12月28日(土)に、「来年もまた一年幸せに暮らせるよう願いを込めて」もちつきを行ないました。スタッフがお餅をついている様子を楽しそうにご覧になり、鏡餅を作り、お昼には、お雑煮やきなこもち、あんこもちなどのお正月メニューを召しあがっていただきました。

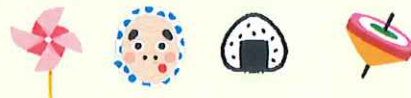
初詣

1月中旬に安積国造神社にて初詣に行きました。利用者様もお賽銭を入れ手を合わせ、今年一年の無事をお願いしてまいりました。



さかえライフハート安積

11月 マルショークラブさんがボランティアで来て頂きました。
コスプレや手品・歌・踊りと、盛りだくさんで笑いが絶えませんでした。



12月23日クリスマス会で、ギターの演奏を聴いて一緒にクリスマスソングを歌いました。
クリスマスケーキを食べて、サンタさんとトナカイからひとりひとりにプレゼントが配られました。



2020

2020年 お正月ならではの琴・尺八コンサートに行ってきました。
「安積国造神社」へ初詣に行きお参りをし、昼食は
THE MALLさん・まるまつさんで好きなものを食べてきました。
皆様にとって良い年になります様に。



さかえハートホーム矢吹



二本松菊人形・福島空港へドライブに出かけてきました。色鮮やかな菊の花で表現された、源氏物語の優雅な世界観を鑑賞されました。空港では飛行機の着陸を見て、レストランで外食をされました。



12月25日クリスマス会を行いました。バイキング形式で食事をされ、どれを食べようかな・・・と迷われていた様子でした。サンタさんがプレゼントを届けてくれました。



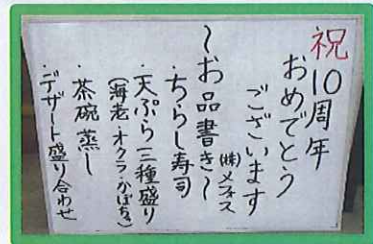
お正月行事として、矢吹神社へ初詣や書初め・福笑い・かるた取りをしました。
1月15日にはだんごさしを行いました。だんごさしには、「豊作祈願」「一家繁栄」のいわれがあるとのこと。ミズキの枝に、縁起物のタイ・俵や団子を「これはここがいい！いや、こっちかな・・・？」と楽しそうな会話をしながら飾りました。

さかえサンライズハート

さかえサンライズハートは、12月14日(土)無事に十周年を迎えることが出来ました。職員が歌やダンスを披露し、入居者様には一足早くサンタさんより記念品としてタオルのプレゼントをさせて頂きました。



十周年



11月3日(日)天気にも恵まれ、職員手作りのおでんと新米のおにぎりを、入居者様と一緒に楽しくお腹いっぱい食べました。美味しかったです(*^-^*)



おでん



さかえマイハート希望

ハロウィンパーティー

10月26日に
ハロウィンパーティーを行いました。



カボチャプリンです



皆様で↑「おやつパーティー」

クリスマス会

12月23日にクリスマス会を行いました。



フラワーアレンジメント



フルート演奏会

行事食



お正月

- ・おせち盛り合わせ
- ・お赤飯
- ・お雑煮

壁画



利用者様の作品です

さかえデイサービスセンター

クリスマス会

12月25日クリスマス会を行いました。ゲームと職員による余興で盛大に盛り上がりました。



謹賀新年

華麗なリズムに乗って踊りながら登場した獅子舞。利用者様・職員全員の疾病を追い払い、今年一年の健康を祈願しました。その後は、二人羽織で大爆笑！利用者様同士でも二人羽織に挑戦してもらい、とても楽しい笑顔満点の時間を過ごしました。



私、かわいいでしょ？（笑笑）
今年もよろしくお願いします。



さかえ居宅介護支援事業所

「要支援・要介護認定の目安」①（程度：軽度）

さかえ居宅介護支援事業所

熊倉 麻美（介護支援専門員）

段 階	目 安 と な る 状 態
要支援 1	排泄や食事 … ほとんど自分ひとりできる
	歩行や両足立ち … ほとんど自分ひとりできる
	立ち上がりや片足たち … 何らかの支えを必要とすることがある
	身支度や家事 … 一部に何らかの介助（見守りや手助け）が必要
要支援 2	排泄や食事 … ほとんど自分ひとりできる
	歩行や両足立ち … 何らかの支えを必要とすることがある
	立ち上がりや片足立ち … 何らかの支えを必要とする
	身支度や家事 … 何らかの介助（見守りや手助け）が必要
要介護 1	排泄や食事 … ほとんど自分ひとりできる
	歩行や両足立ち … 何らかの支えを必要とすることがある
	立ち上がりや片足立ち … 何らかの支えを必要とする
	身支度や家事 … 何らかの介助（見守りや手助け）が必要
	混乱や理解力低下 … 見られることがある

【病気の重さ】ではなく【どの程度の量の介助（見守りや手助けを含む）を要するか】という「介護の手間」が、要支援・要介護認定の基準となっています。そのため、病気の症状が悪化しても介助の量が変わらないような場合は、要介護認定は変わらないままとなります。

事業種目：居宅介護支援事業所（ケアプラン作成）

住所：〒963-8803 郡山市横塚2-18-8

TEL：024-941-2030

FAX：024-943-2037

かかりつけ医として皆様の近くに

さかえ内科クリニック

さかえハートみらい

村越 亜希（管理栄養士）

【冷え症対策と免疫力アップ!!】

生姜は昔から健康をサポートしてくれる食材の一つです。新陳代謝を活発にして血行を促進させ、体を温めて冷えやむくみの解消に役立ちます。そんな生姜を活用して冬を乗り越えていきましょう。

- ①強い抗菌力 : 強い抗菌力でウイルスや細菌、食中毒に対して抵抗力を発揮!!
- ②血液サラサラ : 血小板の粘り気を抑えて血液凝固を予防し、血栓をできにくくする。
- ③消化・吸収を高める : 胃腸の内壁の血行を良くして活発化し、消化・吸収の力を高める。
- ④解熱作用 : 解熱、鎮痛剤に匹敵するほどの解熱作用があり、風邪の引き始めに効果大◎
- ⑤コレステロール調整 : 血中の悪玉コレステロールを減らし、善玉コレステロールを増やす。
- ⑥免疫力アップ : 白血球の数を増やし免疫力を向上させる。
- ⑦血行促進 : 生姜の皮の成分が血行を促進させ、体を温め冷え症改善に働く。



生姜パワー



生姜レシピ ～生姜オイル～ 炒飯やドレッシングに…

<材料> 生姜…200g（正味）、オリーブ油…200ml

- ①生姜をよく洗って水けを取り、汚れを取り除き、みじん切りにする。
- ②鍋に①を入れ、オリーブ油を注ぎ、火をかける。
- ③油が沸々煮立ってきたら火を止め、常温まで冷まし瓶に入れる。



診療科目：内科・循環器内科・脳神経内科・消化器内科
呼吸器科・アレルギー科・リハビリテーション科・人工透析内科
住所：〒963-8803 郡山市横塚2-15-6

TEL：024-941-2202

FAX：024-941-2201

令和元年 医療法人 栄心会 忘年会



栄心会忘年会



昨年12月7日に毎年恒例の忘年会が開催されました!!
各施設の余興や大抽選会が行われ大盛り上がりの忘年会でした(^^♪



大抽選会

参加者の
2分の1以上が
当選した大抽選会!!
来賓の方も職員も
ワクワク&ドキドキ
でした!!



「今日から俺は」



スコップ三味線



パプリカと愉快的仲間達



「Bish」



大迫力の
ステージでした♪

《医療介護連携室からのお知らせ》

さかえ内科

検索



◎ホームページに介護施設空き情報・透析ベッド空き情報を掲載しております。
ご利用者様の生活の様子から職員募集情報まで、常に更新を心掛けていますので、是非ご覧ください。

【お問合せ先】 さかえ医療介護連携室 TEL: 024-942-7070

編集: 広報担当 芳賀 喬 (事業本部)
住所: 〒963-8806 郡山市字下館野1-1
さかえグリーンハート美術館通り内

TEL: 024-942-7070
FAX: 024-956-5778