

ホームページ <https://www.sakaenaika.jp>



# さかえ通信

VOI.47



## 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 施設の日常風景

# さかえハートみらい

7/7 七夕飾りをしました  
コロナが早く終息しますように…



7/22

肉じゃがを作りました(\*へへ\*)



7/11



二人羽織

夏祭りを行いました (EF)



ビンゴ大会



新型コロナウイルス感染症の感染予防対策のため、  
当面の間、面会を制限させていただきます。



面会制限解消策として、5月より施設内PHSを使用した  
正面玄関での「ドア越し通話」を開始いたしました。



※3密を避けるため、予約制としております。



- ・1家族10分程度でお願いします。
- ・マスク着用、手洗い、手指消毒徹底でお願いします。
- ・発熱・咳・倦怠感等の症状がある場合は面会をお断りします。
- ・先に面会されている方がいる場合は、お車でお待ち下さい。
- ・飲食やお金の受け渡しはお控え下さい。

ご理解とご協力をお願い致します。



ソーシャル  
ディスタンス



ドア越し通話の様子



# さかえグリーンハート川口



駐車場で、青空のもと気分転換★  
ゆっくりとお楽しみ頂きました☺

## パンバイキング



5種からお好きなパンをチョイス♪  
おかわり自由！最高6個も完食！



ふわふわのうなぎ、  
おいしい！



# さかえグリーンハート美術館通り

## チューリップ



4月下旬～5月中旬まで昨年植えた球根からチューリップが満開に咲きました。不況の中でも力強く色とりどりに咲かれ、入居者様も眺めては「綺麗だね」と大変喜ばれていました。

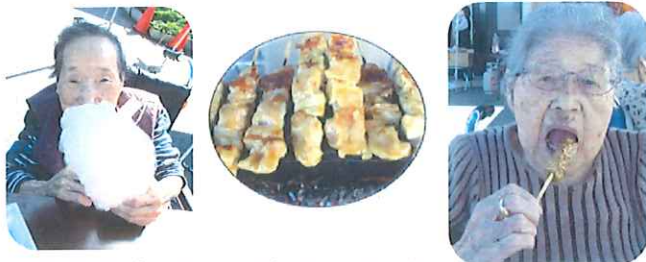
## お寿司



(株)メフォス様による花びら寿司や新鮮ネタのお寿司を大変喜ばれその美味しさに舌つづみを打っていました。



## 焼き鳥パーティー



焼き鳥パーティーを行ないました。焼き鳥、綿あめ、アイスや飲み物を準備し皆様に楽しんで頂きました。「良い天気だね。出来たてを外で食べられるのは最高だよ。」と大変好評でした。



## ピザパーティー



ピザパーティーを行ないました。餃子の皮をピザ生地に見立てた食べやすいサイズのピザに、ジューシーなフランクフルト、果肉たっぷりのアイスクリームを準備し楽しんで頂きました。どれも好評で「とても美味しかった」と皆様大満足のご様子でした。



## 憲法記念日



- ・魚のしそ味噌焼き
- ・炒り豆腐
- ・フルーツ（甘夏缶、パイン缶）
- ・桜海老の炊き込みごはん
- ・ナルトとみつばの清汁

## 行事食

## 七夕の日



- ・七夕そうめん
- ・かぶとがんもの煮物
- ・豆腐の磯辺揚げ
- ・フルーツ（マンゴー）

# さかえライフハート美術館通り



5月10日(日)に、日頃の感謝の気持ちを込めて、母の日のお祝いをしました。



6月21日(日)父の日に素敵なお父さん方をお祝いしました。



## 運動会



5月30日(土)に運動会を開催し、思いっきり身体を動かして日頃のストレスを発散しました。



## 七夕



7月7日に七夕の行事を行いました。おいしいおやつを作ったり願いを書いた色とりどりの短冊や飾りを笹の葉につるして、楽しい時間を過ごしていただきました。



# さかえライフハート安積

外出が出来ない状況が  
続いておりますので、  
おおきなかぶの劇に利用者様にも  
参加して頂きました。  
おやつに春の生菓子を食べて  
ささやかなお茶会をしました。



5月にさつま芋の苗を植えました。  
収穫は10月の予定です。  
収穫したさつま芋で芋煮会  
楽しみですね♡



あかもく&そうめん



職員余興の二人羽織



7月7日七夕劇場では、七夕の由来の劇を見て、クイズに参加した後、笑いヨガで沢山笑い、  
手作りの天の川ゼリーを食べて、七夕を満喫しました。



人のやさしさが宿る集いの場

# さかえハートホーム矢吹



5月に新緑を眺めに小峰城へドライブに行きました。その帰り、マクドナルドをテイクアウトし、美味しそうな香りに皆でワクワクしながら包みを開けました。



5月の天気の良い日に、花・大葉・ラディッシュを植えました。  
ベテランの指導のもと畑にナスやキュウリを植えました。収穫が楽しみです。



6月におやつバイキングを行いました。  
目で楽しみ食べて幸せな時間を過ごしました。



# さかえサンライズハート

## 消防訓練

6月20日(土)に消防訓練を行いました。

非常ボタンを鳴らし避難開始！無事に全員避難する事が出来ました。

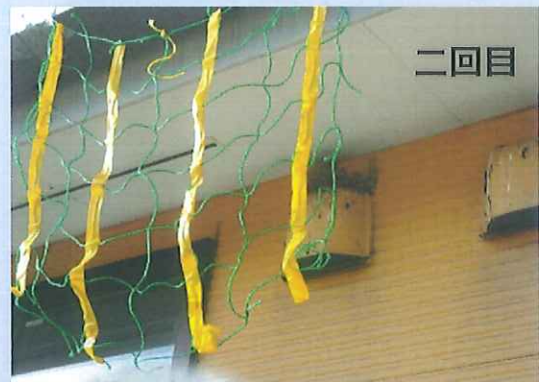
その後は、業者様に消火器の使い方の指導を受けました。



今年もツバメが巣を作りました。

只今、二回目の子育て中です...

入居者様と職員みんなで温かく見守って行きたいと思います😊



←卵の殻



# さかえマイハート希望

## 運動会

6月26日(金) ミニ運動会を開催しました。



## 避難訓練

7月7日(火) 避難訓練を行いました。



通報訓練



避難訓練



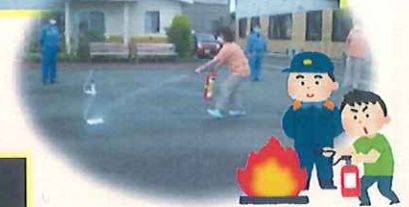
## 行事食



《7月7日 七夕》

- ・七夕ちらし寿司
- ・星形コロッケ
- ・フルーツ(マンゴー)
- ・そうめん汁

## 壁画



消火訓練

さかえマイハート希望では、ご利用者様に安心・安全に過ごしていただけるよう、新型コロナウイルスの感染予防対策を職員一同努めております。ご不便・ご迷惑をおかけし、大変申し訳ございませんが、ご理解とご協力をお願いいたします。

# さかえデイサービスセンター



今年は梅雨が長く、蒸し暑く、天気の悪い日々が続きますが、さかえデイサービスセンターでは、そんな憂鬱を晴らす様、笹を飾り利用者の皆さんと七夕様をお願い事をしました。

## に願いを込めて

施設内は「七夕」一色です。  
仙台の七夕飾りみたいだと、  
皆さん喜んで見上げてくださっています。



杖を使わず  
歩けますように！



カニが  
食べたい！



庭園には立ち葵やこの時期の鮮やかな色合いの花々が咲いて、利用者様方の目を楽しませてくれています。



今年は、マスクの着用で、  
しのぎにくい夏となりそうですが、  
感染予防、熱中症対策をしつつ、  
皆様と元気で楽しい夏を過ごせますように。

# さかえ居宅介護支援事業所

サービスを比べてみよう！

さかえ居宅介護支援事業所 熊倉 麻美（介護支援専門員）

## 第20回「要支援・要介護認定の目安」②（程度：中度）

段階	目安となる状態
要介護2	排泄や食事：ほとんど自分ひとりでできる 歩行や両足立ち：何らかの支えを必要とする 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：全般に何らかの介助(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
要介護3	排泄や食事：排泄が自分ひとりでできない 歩行や両足立ち：自分ひとりでできないことがある 立ち上がりや片足立ち：自分ひとりでできない 身支度や家事：自分ひとりでできない 混乱や理解力低下：幾つかの行動症状・心理症状(※)や記憶・見当識障害、理解・判断力低下等が見られることがある

※(行動症状)睡眠障害、介護拒否、不潔行動、過食・異食、暴言・暴力、徘徊等  
(心理症状)不安・焦燥、幻覚、抑うつ・意欲低下、妄想・作話等

上記の状態は、各介護度の“平均的な”状態です。心身状態の調査内容と主治医意見書の内容、介護認定審査会による審査を経ての判定となります。

事業種目：居宅介護支援事業所（ケアプラン作成）

TEL：024-941-2030

住所：〒963-8803 郡山市横塚2-18-8

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

### 普段の食生活から、認知症予防!!

さかえハートみらい

村越 亜希（管理栄養士）

「あの人誰だっけ…名前が出て来ない…」こんな物忘れをしたことはありませんか？

食生活も影響している認知症。毎日食べているものにも気を付けて、認知症のリスクを避けていきましょう。

●認知症の中で最も多いアルツハイマー型認知症は、脳の糖化・酸化・炎症が原因。

①糖を摂り過ぎると血糖値が高くなり、脳の老廃物を排出する機能が衰え老廃物は蓄積され糖化していきます。

血糖値を上げない事が重要となります。

②老化の原因である体の酸化や、細菌の侵入等による体内の炎症を抑える事も重要です。

●脳の糖化・酸化・炎症 予防効果のある栄養と食材

<b>ビタミンB群</b> 豚肉 レバー 野菜	<b>ビタミンD</b> 魚類 きのこと	<b>ポリフェノール</b> 赤ワイン コーヒー	<b>DHA・EPA</b> 魚類
<b>食物繊維</b> きのこと類 野菜 海藻類	<b>ビタミンC・E</b> 野菜 果物 ナッツ類	<b>カテキン・テアニン</b> かぶせ茶 抹茶	<b>中鎖脂肪酸</b> ココナツオイル

#### 【脳活レシピ】

鯖缶ともやしの味噌汁 <材料2人分>

サバの水煮缶…1/2缶(90g)※水切りする

もやし…1/2袋、おろし生姜…1かけ

味噌大さじ2、酒大さじ1/2、醤油小さじ1

万能ねぎ小口切り…5本分

<作り方>

鍋に万能ねぎ以外の材料と水2カップを入れ  
沸騰させてから、弱火で5分煮る。

最後に万能ねぎを加えて出来上がり。

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

# 施設の日常風景

## 施設園芸の様子

## ご寄付をいただきました \_(.\_.)\_



さつま芋植え

水着素材マスク



七夕飾り



イベント食



七夕劇場

流しそうめん



各施設では、感染予防対策を引き続き強化し、施設内で出来る事を日々のレクリエーションに取り入れて行っています。施設にいても季節を感じられるようなレクリエーションを提供できるよう、職員一同、取り組んでいます。



## 《医療介護連携室からのお知らせ》

さかえ内科

CLICK

《QRコード》



◎ 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 : 0 2 4 - 9 4 2 - 7 0 7 0  
FAX : 0 2 4 - 9 5 6 - 5 7 7 8