



介護ナビ

第 16 号

社会福祉法人 嘉祥会
ぬくもりの園

ぬくもり



〒194-0202 町田市下小山田町 2729-2 TEL 042-798-1386 URL: <http://www.kashokai.com>



明けましておめでとうございます



皆様方におかれましては、輝かしい新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。

昨年は、ご利用者・ご家族様、地域の方々、各事業所様のご理解とご支援により、着実な事業運営を行うことが出来ましたことを、役職員一同お礼申し上げます。

昨年 3 月の東日本大震災、9 月の台風による紀伊半島の土砂災害、11 月のタイ国の大洪水等最大規模の自然災害が発生いたしました。被災された方々に改めてお見舞い申し上げますと共に、今年

社会福祉法人 嘉祥会 理事長 薄井 嘉夫

は平穏な年になるよう願っております。

さて、現在少子高齢化が急速に進んでおり、特に「団塊の世代」が 65 歳以上となる数年後には 4 人に 1 人が高齢者になり、支え手となる現役世代は減少し続ける大変な時代を迎えます。今日、介護の職に就く者として少しでも皆様方のお役に立つよう日々勉強を重ね、より良い介護を提供させて頂き、信頼され安心して喜んでご利用頂くことに努めて参る所存でございます。

今後とも皆様により一層のご支援とご協力の程よろしくお願い申し上げます。



『高齢者の食事と介護なんでも相談会』



11 月 20 日に『高齢者の食事と介護なんでも相談会』をぬくもりの園で開催し、地域の皆様 15 名の参加がありました。木曾団地歯科 川満誠 様のお話では、いつまでも美味しく食事をするために、歯磨きの大切さや食べ物をよく噛む事で得られる効果についてお話があり、また、キューピー(株) 大槻 利夫 様からは高齢者に必要な栄養素と高齢者用の食品についてお話がありまし



た。その後試食会で紹介された介護食品の味と香りには参加者の皆様が舌鼓を打ちました。また、ぬくもりの園がご利用者にご提供してあります食事もご用意し、自家栽培の野菜を使った料理は「美味しい」といって頂きました。介護相談も好評のうち終了いたしました。

今後も、このようなイベントを実施していきますので、是非ご参加ください。



グループホーム ご入居者募集！！

認知症のある高齢者が、明るく家庭的な雰囲気の中で、充実した生活を送っていただきます。自立支援をめざして、お一人おひとりに合ったケアを致します。ぜひ、ご相談ください。

【問い合わせ先】 高齢者グループホームぬくもりの園 042-798-1386



行事の風景

グループホーム



12月 クリスマス会

ご家族を招待し一緒に演芸を楽しみ、ケーキを頂きました。



1月 初詣

町内の上根神社へ初詣に行き、今年一年の健康を祈願しました。

デイサービス



12月 クリスマス会

マンドリン演奏を楽しみました。みなさんマンドリンにさわり大満足でした。



1月 獅子舞

「獅子舞」「ひょっとこ」「尺八」を一人三役で演じて頂きました。今年一年が幸せでありますように。

ショートステイ



12月 クリスマス会

サンタクロースが大きな袋を抱え、沢山のプレゼントと笑いを届けてくれました。



1月 落語会

月亭 くま太郎（職員）による落語と手品を楽しみました。皆さん笑いに包まれました。

地域貢献活動



11月 お芋ほり

皆様夢中でさつま芋を掘りました。その後焼き芋を作り、たくさん食べていただきました。



12月 お餅つき

「よいしょ」と掛声に合わせて力いっぱいお餅をつきました。その後つくたてのお餅を食べました。

十六穀米の食事

1月よりご利用者の健康のため昼食に十六穀米を食べて頂いています。（白米の提供もごさいます）ご利用者からも「美味しい」と好評です。

十六穀ごはんは、もちあわ、発芽玄米、黒米、大豆等の穀物が入っており、白米に比べビタミン等栄養素が多く含まれています。効果としては、生活習慣病の予防によいと言われていています。十六穀米は、ほのかな甘みと香ばしさがあがり、もちもちとした食感です。現代人に不足しがちな栄養素を美味しく摂取してみませんか？是非ご家庭でもお試しください。



旬を食べる「かき」

今が旬のかき。海のミルクといわれるほど、良質な栄養素を豊富に含んでいます。

うまみがぎっしりと詰まった旬のかきを、存分に堪能してください。



「かきごはん」

☆ 材料（4人分）

かき 12個、米 2合、しょうが 10g、三つ葉少々、酒 100ml、淡口しょうゆ 小さじ 1、だし汁適量、A（淡口しょうゆ 40ml、酒 20ml、みりん 20ml）

☆ 作り方

- ①かきは下処理してザルに上げる。米は洗ってザルに上げておく。しょうがはせん切りにし、三つ葉は食べやすい長さに切っておく。
- ②小鍋にかきと酒を入れてふたをし、ひと煮立ちさせて火を通す。ザルに上げて蒸し汁と分け、かきにしょうゆをふりかけておく。蒸し汁はとっておく。
- ③②の蒸し汁に、だし汁を足して 400ml にする。
- ④③と米、A を合わせて炊飯器で炊く。
- ⑤炊き上がったら②のかきを戻し入れ、10分蒸らす。
- ⑥茶碗に盛り、しょうがと三つ葉をのせる。

認知症サポーターになりませんか!!

認知症を正しく理解し、自分のできる範囲で、認知症の人やその家族を温かく見守り応援して、誰もが暮らしやすい地域をつくっていきましょう。

認知症サポーター養成講座を開きます。

～お気軽にご参加ください。～

〈開催日時〉 2012年3月4日（日）

午前 10時～11時 30分

〈会場〉 ぬくもりの園 デイサービス

〈対象〉 地域の皆様

〈募集人員〉 20名

〈参加費〉 無料

〈申込み〉 電話で「ぬくもりの園事務局」まで
042-798-1386