

ケアプランサービス

いつでもお気軽にご相談ください



ふれあいの園
ケアプランサービス
☎0942-62-5115



ふれあいの園
みづまケアプランサービス
☎0942-54-6330

登録ヘルパー募集中!!

資格 ホームヘルパー2級以上・要普免

時間 8時から20時の間で相談に応じます

待遇 研修有 有休、その他手当あり

※ 給与・休日・その他の詳細はお電話ください

0942-62-5115 担当 佐藤



大きなやりがいを実感
できるお仕事です!!



ふれあいの園便り

平成26年10月号 社会福祉法人 城島福祉会

今夏は厳しい暑さはありませんでしたが、長雨の影響で災害が発生した地域もあり、そのような知らせが耳に入る度にご入居の皆様も心を痛めておられる御様子でした。例年に比べると、暑さに伴う体調の悪化なども少なく、皆様お元気に夏を過ごすことができました。

7月末に行われた納涼祭、9月に行われた敬老祝賀会とも、来賓の皆様や地域の皆様、演芸をご披露くださった団体の皆様のお力により、盛大に執り行うことができました。本当に有難うございました。

敬老祝賀会



歌や、踊りを見ながら、のんびりゆっくり昼食を。楽しいひと時です。



皆さん、元気で長生きしてくださいね(^-^)

納涼祭



わっしょい!!
わっしょい!!
＼(*'V')ノ



ドッコイショー!ドッコイショー!
ソーラン節で会場を盛り上げました〜♪

ディサービス

夏祭り



おやつづくり

ディサービスの皆様と一緒に、毎月おやつ作りを行っています。ピザと葛あんみつ作りの様子です。手際良く、美味しく出来上がりました！



夏祭りと
浴衣や
釣りは、
笑顔でハイク
ボウズ☆



工作レクリエーション

リサイクル素材で、花かごを作りました！
綺麗でしょ(*▽*)



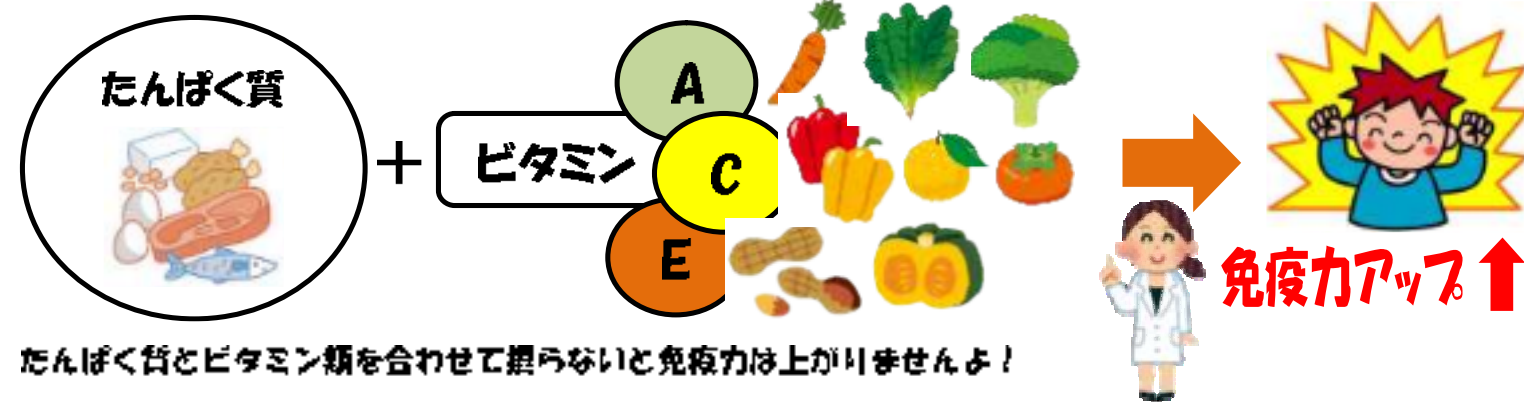
敬老会



昼食は「祝い膳」を美味しくいただき、午後からは演芸を堪能。お祝いの演芸をご披露いただいた皆様、有難うございました。



食べて免疫力を上げよう！



たんぱく質とビタミン類を合わせて摂らないと免疫力は上がりませんよ！

豆腐とかぼちゃを使った免疫力アップレシピ♪

簡単かぼちゃケーキ

【材料】アルミカップ5ヶ分

かぼちゃ 1/8ヶ(150g)

木綿豆腐 1/4丁(100g)

ホットケーキの粉 100g

砂糖 40g(大さじ4)

【作り方】

①かぼちゃは種とワタをとって洗う。

②ラップで包んで電子レンジで加熱する。(600wで4分)

③つぶして砂糖を加えて混ぜる。

④粉と豆腐を加えて混ぜ、カップに分ける。

⑤170℃で20分焼く。

1ヶ143kcal

《風邪について》

寒さが増す今の季節は、一年の中で最も風邪の引きやすい時期です。冬場に風邪をひきやすくなる原因は・・・
◎風邪のウィルスは寒さや乾燥に強い
◎寒さの為、血管や粘膜が収縮し、血液の流れが悪くなり、風邪のウィルスは鼻から喉の粘膜に取り付くと増殖しやすいと云われています。

風邪撃退！
予防策

★栄養と睡眠をしっかりと！

★体力作りではつらつと！

★手洗い・うがい・

室内換気をしっかりと！

風邪を引いた時必見!!

おすすめレシピ

『白身魚と椎茸のリゾット』

材料(一人分)

ご飯 1/2杯

白身魚 1/2切れ

生椎茸 1個

玉ねぎ 1/4個

三つ葉 1/3束

煮汁 コンソメスープ300ml

塩・こしょう適量

作り方

①白身魚は一口大に、玉ねぎはみじん切りに、椎茸は薄切り、三つ葉は3cmに切る。

②玉ねぎを炒め、白身魚を加えスープとご飯、椎茸、三つ葉を加えて塩コショウする。

ワンポイント
アドバイス♪

ビタミンCは、風邪に対する抵抗力をつける働きがあるので、100%ジュース等を利用して普段より多めに摂取しましょう!!



ケアハウス

ケアハウスでは、余暇の時間を利用し、入居者の方々と様々な活動を行っています！！ また6月には個別機能訓練も開始しました。今回はその様子を紹介したいと思います！！

個別機能訓練

ケアハウスでは6月より、特定入居者を対象に個別機能訓練を実施しています！！ 個別でメニューを決め、運動等を行っています。週末にはグループレクリエーションといった3～4人のグループで話をしたり歌を歌ったりしています。

余暇時間

ケアハウスでは、余暇の時間に様々な活動をしたり、個々で自由に過ごしています。

ロビーにはテレビが置いてあり、ソファに腰かけゆっくりとテレビ鑑賞することができます。

レクリエーション道具で皆さん、楽しんでいます！！

☆その他にも、いろいろな毎月の行事に参加されています☆

おやつ作り

花苗植え

慰問



社会福祉法人 城島福祉会
ふれあいの園デイサービスセンター

お問い合わせ

0942-62-5115

HPアドレス: <http://www.fureainosono.com>

デイサービスの『機能訓練』とは

『介護予防・要介護状態の悪化予防』を目的とした運動機能の訓練や体力維持、生活上の動作の訓練を行うサービスをご提供しています。機能訓練指導員（理学療法士、看護師）がお一人お一人に合ったプログラムをご用意。安全に効果的な運動を行いながら日常生活の不安を減らすお手伝いをいたします。※ご利用は介護保険適用です。



理学療法士
佐々木 崇泰

お客様のご気遣いやお体のため、日常生活の中での不自由な部分をお伺いし、ひとりひとりに合った運動のプログラムを提案します。

どんな訓練ができるの？



関節可動域訓練
・皮膚や筋などの伸張を図り、関節の拘縮を予防します。



ストレッチング
・日常で緊張しやすい部位の筋肉を伸張させ、緊張状態を改善します。



階段昇降訓練
・生活に直結した階段、段差の昇降動作を訓練し、活動参加の機会を増やします。



平行棒訓練
・高さを調整し、しっかりと握ることができ安全に歩行の練習ができます。



エルゴメーター
・下肢の筋力や持久力を増強し、関節の動きを滑らかにします。



滑車訓練
・滑車を使った上肢の運動です。肩や腕の拘縮を予防します。



『機能訓練』を主目的とした短時間のご利用にも対応いたします。お気軽にご相談ください。

見学・体験利用、随時受付

みづま館納涼祭&敬老祝賀会

今年の夏も地域の皆様、ボランティアの方々のご協力のもと、無事に納涼祭を開催する事が出来ました。
また9月には敬老祝賀会を開催し、長寿をお祝い致しました。皆様美味しいお食事やお酒、余興を楽しまれました。



素敵な出演者の皆様★



なかなか釣れ
んねえ～



美人司会者♡
出店も
いっぱい★



職員による全首踊り♪



おめでとう！



いただきま～す(*^▽^)/



小規模多機能

保育園児達とダンス♪



じいちゃん、教えて

ここはね～

保育園児や小学生との交流会も開催しています。小さな子供達とのふれあいを利用者の皆様も心から楽しまれている様子でした。
利用者様の笑顔、また地域との関わりも大切にしながら今後も様々な行事を企画して参りたいと思います。

ゲーム♪



工作もいっぱい★



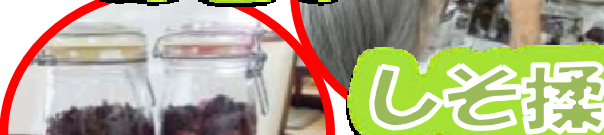
みづま館 デイサービス

梅干し作り



難しい...

へた取り



しそ揉み



しばらく、しそ
の布団でおやすみzzz...



梅干しの完成
すっばいぞおっ！！



この時期でしか出来ない事を、利用者の方と一緒に体験し肌で感じる事によって新しい発見ができたと思います。
梅干し作りに、野菜作り、また地域の畑にじゃが芋を掘りに行きました。もちろん出来上がったものは利用者様に召し上がっていただきました～☆



見て見て!!
こげん探れた

お～!! みつけたぞー
芋掘り

じゃが餅出来たよー

