

さくら便り

第15号 社会福祉法人 真寿会
 〒321-2332 栃木県日光市大室863-7
 TEL0288-26-4141 FAX0288-32-1233
 URL <http://oomurosakuraen.jp/>

今年5月よりさくら苑の栄養士が変わりました。
 新しい栄養士に質問してみました。

Q 幸楽会の食事のテーマは？

A 赤飯は昔からお祝い事には欠かせない料理であり、お煮しめは野菜の持ち味を活かしじっくりと味がしみるまで煮た料理でどちらも親しみのある献立にしました。また、今回の幸楽会では事前に利用者に希望を取り、天ぷらか豆腐の松風焼きを選んでもらう選択食という方式で提供しました。



Q さくら苑の食事は1日あたりどのくらいのカロリーですか？

A エネルギーは1500kcal たんぱく質 60g
 入所者ひとりひとりの性別、年齢、生活活動強度により数値を決めています。基礎疾患のある方、また、必要のある方には個別に対応しています。

Q 高血圧、心疾患、脳梗塞などにより塩分が制限されている人に対して、さくら苑ではどのような形で食事を提供していますか？

A 医師からの指示により1日の塩分摂取量7、6、5gの制限がある方には毎食の味噌汁を半量または無しにしています。また、漬物は塩分量が多いため煮豆などの代替品を提供しています。



今年の幸楽会は敬老会ということで職員の出し物、手作りメダルの贈呈、ゲーム等をしたのち、家族様と入所者様の食事会を開催しました。



Q 今後さくら苑でどのような食事を提供していきたいですか？

A 毎日の献立で生活に変化をつけ食事に興味を持っていただけるよう利用者の嗜好に合った献立を作るようにしています。例えば栃木県の郷土料理や日本のご当地メニュー、普段なじみのある家庭料理です。また、さくら苑の食事は、某有名ホテルのキッチンでの経験がある調理師が作っており、味は美味しく、見た目も美しいとこの辺では評判です。利用者に満足していただける食事を提供していきたいです。

納涼祭

今年で第9回目となる大室さくら苑の納涼祭が7月28日に開催されました。

途中、雷が伴う激しい雨も降りましたが、来賓の方をはじめ、ボランティアの方、そして大室さくら苑の利用者の方、また利用者様のご家族の方の沢山のご来場もあり、お蔭様で盛大に開催することができました。



デイサービスさくらでは、今年の4月より介護保険の改定に伴い、営業時間が延長になりました。そこで普段どんなことをやっているのかを1日の流れということでもとめてみました。

デイサービスでの1日の流れ

午前 来苑後 体温・血圧測定

午前中に入浴するので、体温と血圧を測定し、調子が良ければ入浴ができます。

入浴
塗り絵・プリント問題などの活動

入浴の待ち時間に塗り絵をしたり、足し算などのプリント問題に取り組みます。

11:10 口腔体操・早口言葉など
昼の献立読み

11:20 音楽リハビリ

昔なつかしの童謡を唄ったり、音楽に合わせて身体を動かします。

11:45 昼食

午後

12:10 下膳
トイレ誘導・口腔ケア
昼寝・昼休み

食後、ベッドなどに横になりたい方は横になったり、椅子に座ってお話をしたりして自由に過ごしていた

14:20 機能訓練

腿(もも)上げや踵(かかと)上げなどの下肢筋力トレーニングを集団で行います。ご利用者の希望や状態に合わせてスリングでの上肢トレーニングや平行棒での歩行訓練、手すりを使用した立位訓練なども行っています。その他歌に合わせて手指の体操なども行っています。

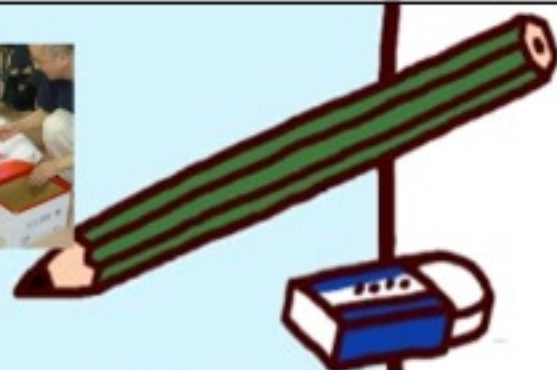
レクリエーション

点数を競う野菜釣りゲームや輪投げなどがあり、グループで競う物送りゲームや風船バレー、自分の楽しみなどを発表する雷ゲームなど様々です。何ヶ月かに一度、外出やおやつ作りなどを企画しています。

15:20 おやつ・水分補給

15:50 トイレ誘導

16:30 送迎



編集後記

今年9月16日にさくら苑では初めて敬老会という行事を行いました。初めての試みなので準備するものも沢山ありましたが、その中でも表面の右上の写真を見て下さい。縫い物が得意な職員が紅白の幕を3日間かけて縫いあげました。場を盛り上げる用具としてこれからも大活躍するでしょう。

