Vol.17

どんぐりころころ

医療型小規模多機能事業所
管理者

村田　光一

暑い暑い夏も過ぎ、外出しやすい季節になりました。
皆様は夏を満喫されましたか？
どんぐりころころ新聞もvol.17になり、皆さんに楽しんで読んで頂けるよう内容の濃いものを日々求めて精進しています。
今回は、里山どんぐりをより分かって頂きたく施設の様子が伝わりやすい内容につとめました。
新しいスタッフも増え、ますます活気にあふれ、利用者様もスタッフも幸せになれるような介護サービスをお届けして行きたいと思います。
季節の変わり目は、体調を崩しやすいのでご注意ください。

里山どんぐり

複合型施設

住宅型有料老人ホーム
小規模型デイサービス
看護小規模多機能事業所
訪問看護
訪問マッサージ

お問い合わせ

〒799-0064
愛媛県松山市愛光町6番3号
Tel. 089-989-8700
089-911-3708
Fax.089-989-8701

魚釣り大会

タコねらい

第1位

とったどー

大漁
大漁

スタッフも頑張ります

釣り堀もスタッフの手作りです。
美味しいお魚を食べたいとみなさん頑張りました。
狙ったものが釣れた方も、逃がした方もそれぞれ・・・・
成績を競ったあとは皆で仲良くおはぎを頂きました。

常備菜つくり

今年の夏は夏バテしないように、食に力を入れました。
利用者様にも野菜を切って頂き、いろいろなバージョンを作ってみました。
中でも一押しは新玉ねぎの、らっきょう酢漬けが美味しかったです。
そのおかげか、みんな夏バテ知らずでした。

どんぐりの日常

9月に入ってから過ごしやすい時期になり、裏の公園を散歩したり、裏庭で実っている果実を鑑賞したり、余暇の時間を満喫しました。

運営推進協議会にて

ライフケア薬局　薬剤師の松野様を迎えて薬剤管理の勉強会をしました。
薬を正しく服用することは施設の日常生活の中で大切なことです。
服薬介助、注意事項等について学びました。

魔法の水

微酸性次亜塩素酸水の精製機器の導入にあたって、スタッフ勢揃いで研修しました。
お掃除にはもちろん、衛生面にも多々活躍する魔法の水です。

どんぐりキッチン

さっぱりサラダライス

＜すし飯＞
ごはん　2杯
すし酢　適量
＜なます＞
人参　1/3本
大根　1/3本
すし酢　50ml
塩　適量

すりごま　適量
まぐろ味付けフレーク　適量
うずらの卵（ゆで）　6個
カイワレ　1/3パック

①なますを作る。
　人参、大根を千切りにして塩をふる。
　さっと水洗いして、すし酢・すりごまを混ぜる。
②すし酢をつくる。
③②に①と味付けフレーク、うずらの卵を混ぜる。
④上になますとカイワレを盛り付ける。

「なます」を使ったさっぱりしたヘルシーなサラダライスです。
ごまは、血流をよくする作用と食欲を増進させてくれる作用があります。
動物性のたんぱくの缶詰や卵も使用し、バランス抜群ですね。

ナース　濱田

愛読書コーナー

医療型小規模多機能事業所
井上　晴美

話題のものや、流行のものに興味を持ちやすい私で、単なる犬好きな事もあり、第150回直木賞受賞作「昭和の犬」姫野カオルコ著者を買ってしまいました。
夜勤明けにシロ（愛犬）と家にたどり着くと身体やすめながら、この本を読み始めます。
20行もきたところで眠りに陥ること繰り返し、ようやく読み上げることが出来たありさまです。
今度は、芥川賞受賞作「火花」ピース又吉著者に挑戦してみようと思います。
皆様はすでにお読みでしょうか？

10月の予定

秋祭り
ドライブ（外食）
運営推進会議
（エンディングノート）
手品

どんぐりファーム

今年も楽しく収穫しました。
玄関先のプランターですが、緑をたくさん蓄えて今年も美味しい恵みをいただきました。

施設裏の果樹はすくすくと育ち大きくなってます。
色づくのが楽しみです。

往診医

あかりクリニック
たんぽぽクリニック
城北診療所
生協病院
かとう歯科
樋口歯科
清水医院
西岡歯科

マッサージ＆リハビリ

訪問マッサージ クローバー
訪問マッサージ 里山どんぐり
訪問看護ステーション 里山どんぐり

NSワンポイント講座

毎年熱中症で倒れる方が多いですが、今年は早い時期から起こっており、気温も高く毎日多くの方が救急搬送されている状況です。
対策について毎回言われますが、現状をみるとなかなかできないため再度思い出して頂きたいと思います。

予防について
①水分補給（ポカリスエット他塩分を含んだ飲料水が良いです）
②室内→温度調節を行なう（冷房又扇風機使用）
③室外→帽子着用又は日傘使用
水分持参又は途中水分補給
日陰（木陰他）又は屋根のある場所

熱中症になった場合
①体を冷やす（日陰又は屋根のある場所に移動）
②水分補給
③意識消失時救急搬送

以上簡単ですが1つでも行なっていただけたらと思います。
まだまだ暑い日もあったり、運動会等もありますので、各自又お子様やお年寄のおられるご家族及び周囲の方々に気をつけていただき、皆さんで楽しく過ごしましょう。

看護師　嶋矢美千世

社員紹介

小規模型デイサービス

藪口　洋子

去年の春からパートで勤務をしています。
スタッフの皆様に仕事を教わりながらがんばってきました。
利用者様とのかかわりあいの中で喜びをみつけられることもたくさんあり、感謝をしています。
好きな事は、花や雑貨、カフェめぐりです。
最近では籐の小物入れを見つけ、私のお気に入りです。
お花は、ベランダで季節の花々をそだてています。
今、家にある花の写真を撮ってみました。
まだまだ未熟者ですが、今後ともよろしくお願いします。

医療型小規模多機能事業所

黒川美智代

入浴介助をしていると「なぜこの仕事を選んだのか」とよく理由を聞かれます。
私は子供の頃から、川遊びや学生時代の水泳部活動それから入浴介助に至るまで水に親しむ機会が多かったように思います。
その為か、川のせせらぎや水の音などを聴くととても癒されます。
利用者の皆様にもお風呂はリラックスして愉しめる時間であって欲しいと考えています。
安全や健康面に配慮した上、気持ちよく入浴して頂けるようにこれからも務めていきますので、よろしくお願い致します。

先日施設の裏庭に子猫が迷い混んでいました。
とってもお利口さんで愛嬌たっぷりです。
里親をさがしています。
今はスタッフが一時預かり中ですが、癒された生活をお望みの方、里親になられませんか？
きっとこの子が幸せを運んでくれると思います。
お望みの方は一方をお待ちしています。

お誕生日 おめでとうございます

（7･8･9月）

K・H 様	52歳
A・A 様	73歳
I・T 様	80歳
T・K 様	78歳
K・T 様	84歳
M・T 様	89歳

編集コラム

季節が移り、いつもの生活にうるおいが出来た様に感じます。
嫌だった犬の散歩も頑張れそうです。
皆様も体調に気をつけられて元気にお過ごし下さい。

過ごしやすい季節になったニャー

≪ミミ＆モモ≫