

ともづな通信

令和6年 春号

〈地域版〉

令和6年3月1日 発行



《ご挨拶》

少しずつ暖かくなり春風が心地よい頃となり、
初市やひなまつり、お花見などあちらこちらで春のイベントが行われる
今日この頃、皆様いかがお過ごしでしょうか？

施設におきまして、感染症の対策を継続しながらご利用者様の健康維持を
第一にサポート致しております。
寒暖定まらぬ時期ですので、くれぐれもお体にご留意ください。

ご利用者様、ご家族様とのコミュニケーションを大切にし、
担当のケアマネージャーや主治医の先生との連携を取りながら、
日々のケアを行っております。
ご利用者様、ご家族様のご理解とご協力に感謝しております。



《ご協力をお願い》

コロナやインフルエンザ等の感染症が流行しておりますので、ご面会は原則玄関先で
お願いしております。ご利用者様の準備等がございますので、ご面会に来られる際は
事前に電話でのご連絡をお願いします。
また、施設内の状況やご利用者様の体調がすぐれない時などは
面会をお断りする場合がございます。どうぞご了承ください。
ご利用者様の感染予防の為、ご理解とご協力をお願いいたします。



《ある日のともづな》



やっぱり、外は気持ちいい
空気も、おいしいなあ♪



式番館に集まって、みんなで
楽しいクリスマス会



うまくかけるかなあ？
願いをこめて、書初めました

《ともづなでの活動や生活の様子》

ともづなでの活動やご利用者さまの様子についてご紹介します。

12月は、クリスマス会を行いました。
ご利用者様同士で、1週間ほど前から楽しく赤い画用紙と白い毛糸を
使って、サンタ帽子を楽しそうに作られました。
数日間で入居されている全員分の帽子を作られ、あまりの早さに職員も
驚きました。
当日は、その赤い帽子をかぶり、皆様でクリスマスソングを歌って、
ゲームをされたりと楽しめました。 サンタさんからプレゼントを
手渡しされ、にこやかに受け取られていました。
最後は、おやつケーキを食べて「おいしかったー」と嬉しそうに
話してくださいました。

年末年始は、ご利用者様数名でお鏡餅を折り紙で手作りされたり、
書き初めをしたり、思い思いのお正月を過ごされました。

ともづなはとても日当たりがよく、大きなソファが人気です。
よく2人で座ってうたた寝やお話しをされたりと過ごされています。



《職員研修》

月に一度実施している職員全員での研修会のご紹介です。
〈研修テーマ〉 12月… 眠りセンサー講習 身体拘束 1月… 高齢者虐待防止
2月… 接遇

〈研修の様子・感想〉
昼夜、薬に頼らず、ご利用者様とのコミュニケーションを計り信頼関係を
作り上げていくと問題行動等を起こすことか少なくなってくるのではないかと
行動を制限することにより、ご利用者様の能力を下げているのではないかと
研修を通して感じました。



《野菜足りていますか？》

成人の1日の野菜摂取量の目標値は、「350グラム以上」とされています。
熊本県の成人の野菜平均摂取量は259.4グラムで約100グラム足りてない
そうです。食事の最初に食物繊維の豊富な野菜を食べることで、血糖値の
急上昇を抑えたり腸内環境を整えるなど糖尿病の予防にもなるそうです。
また、野菜を先に食べることで満腹感が高まり、食べ過ぎの防止や
ダイエット効果も期待できるそうです。



〈発行〉 株式会社ともづなりハサービス
〒861-1323 熊本県菊池市西寺1581番地
TEL 0968-23-7570