



葦山・ぶなの森 通信

発行日:令和3年1月25日

発行者:特別養護老人ホーム 葦山・ぶなの森

(伊豆の国市葦山山木 391-1)

ホームページ:<http://www.buna-no-mori.jp/>

メール:tokuyou-nirayama@buna-no-mori.jp



▲QRコード

「地域に貢献」情報 令和3年2月号

祝成人



1/14(木)ぶなの森で勤める新成人のお祝いをしました。平成12年生まれの外崎稔さん(とのさきみのる・写真上)と須藤唯翔さん(すどう ゆいと・写真下)です。今年には男性2名となりました。新型コロナウイルス感染拡大防止のため葦山・ぶなの森在宅棟会議室にて理事長、理事長補佐、本部参与出席のもと行われました。「社会人として責任ある行動をとり、後輩のために役に立つようにがんばります。」入職2年目を迎える2人の頼もしいコメントに感動し、その成長ぶりに将来の施設に希望を感じた次第です。ご本人たちの努力はもちろんのこと、所属するユニットのリーダーや職員の方々も普段から愛情をかけて育ててくれているその努力に敬意を表したいとも思いました。



絵画展示中



社会福祉法人見晴学園「みはらしの里絵画」を当施設在宅棟1階廊下及び地域交流プラザにて展示中です。本来であれば地域の方をはじめ希望者に見ていただき



いのですが、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、職員のみに開放しています。今回で4回目となりますが、毎回色彩豊かな絵に感動しております。職員からも仕事場に絵があることの喜びを感じていると声が出始めています。



今月の見出し

- ①祝成人
- ②絵画展示中
- ③今月の施設長
- ④かいご情報
- ⑤リハビリのすすめ
- ⑥栄養だより
- ⑦ナースの一言
- ⑧サービスのご案内
- ⑨求人案内
- ⑩編集後記
- ⑪問い合わせ先

今月の施設長

7000年前のヒトの大腿骨や脛の骨を分析してみると、当時の平均的な骨質、骨量、強度は現在の長距離走者レベルだった。中でもとりわけ身体の鍛えられた狩猟者や採集者は、現在のトップアスリートのレベルを超えている。一方、現代人の身体のコンディションはお世辞にも良いとは言えない。「現代人の体型はかなり悲惨なものだ」座りっぱなしのライフスタイルのせいで脳だけでなく身体機能も低下するリスクがあるのだ。」興味深い記事でした。
(施設長 交河)



かいご情報

函要会の理念の一つに「笑顔で介護」があります。介護に関わる職員は入居者様の笑顔を見ることとその家族様に感謝されることが一番幸せです。食べる量が少なかったり、便秘が続いたり熱が出たりするととても心配します。今では専門職が速やかに対応し、入居者様、家族様の状況に応じた問題解決ができるようになり、より連携が図れています。そして、入居者様、家族様の意向に沿ったプランを立て、職員全員でかわりを持ち取り組みたいと思っています。



☆葦山・ぶなの森の顔(職員紹介コーナー)☆

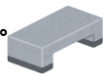
第54回目は、社会福祉法人函要会の柄澤参与です。
名前: 柄澤 利樹(からさわ としき)
趣味: 楽しいこと何でも
ひとこと: ご利用者様、職員の皆さんが笑顔で毎日を送れる様がんばります。



リハビリのすすめ

年末年始は飲食の機会が増え、体重が気になりますね。痩せやすい体質にするには、基礎代謝量をアップさせることが重要なポイントとなります。(基礎代謝量:人間が生命を維持する為の、必要な最小エネルギーのことです。)基礎代謝量アップさせるには、大きい筋肉(下肢筋肉・腹筋・背筋等)を鍛えましょう。おすすめは、「踏み台昇降運動」です。踏み台昇降運動を行う事で、太腿やお尻の筋肉も鍛えられるので下半身の筋力アップになります。寒い日でも手軽に室内で出来る運動です。いかがでしょうか。

(機能訓練士 樋川)



栄養だより

今の時期に食べる機会が多いネギの栄養についてです。ネギの青い部分のネバネバの成分には、免疫力を活性化する作用があります。この作用は、加熱や冷凍では失われにくいのですが、乾燥させてしまうとパワーが半減してしまいます。ネギを乾燥させずに保存するには、青い部分と白い部分を分けた状態で、チルドや冷凍での保存がお勧め。また、ネギに含まれるアリシンは、ビタミン B1 の吸収率を 10 倍に引き上げるため、豚肉を使った料理にはどんどん活用しましょう。

(管理栄養士 三橋・稲葉)



ナースの一言

年末年始の食べ過ぎによる疲れた胃腸をスッキリリセットしませんか?週末の休みを利用して断食にチャレンジしてみたいかがでしょうか。断食には、心を静める作用もあり、リラックスを示す脳波が増えてゆったりと落ち着いた気分になります。「ゆる断食」朝食をジュースに置き換える朝だけ断食コースなら誰でも無理なくできると思います。ゆる断食には、①ダイエット効果②リセット効果③リラックス効果④デトックス効果が得られます。試してみたいかがでしょうか!

(看護師 浅川)



サービスのご案内 (令和3年1月25日現在)

※ぜひお問い合わせください!

入居(特養) 担当:河野・勝亦	定員 80 名入居。待機者 9 名(介護 3 以上で、すぐ入居希望の方)。ご相談に是非お越し下さい! 全室個室ユニット型施設です。ご家族用 LINE でリモート面会・合議・連絡できます。直通電話:055-940-0027
ショートステイ 担当:内山	定員 40 名。共生型として障がいのある方も利用対象となります。新しい建物・設備です。利用 2 カ月前よりご予約受け付けております。直通電話:055-940-0035
デイサービス 担当:稲木・伊東	定員 35 名。新しい設備で、ゆったり温泉を堪能ください! サービス提供時間 9:00~16:10 となります(総合事業は 9:00~15:30、サービス A は 9:00~13:10)。直通電話:055-940-0037
ケアマネジャー 担当:太田・澁谷	ケアマネジャー 4 名体制(太田、澁谷、市川、村野)。主任ケアマネジャー配置しています。お気軽にお問い合わせください。直通電話:055-940-0036
放課後等デイサービス 担当:細川・内山	定員 10 名。発達障害、知的障害のある学齢期児童が利用対象となります。月~金曜日・長期休業中の開所日がサービス提供日になります。直通電話:055-940-0027
配食サービス 担当:稲葉・三橋	伊豆の国市の委託事業で、ぶなの森で作った昼食をお届け致します。管理栄養士の考えたバランスの良い食事をお届けしています。直通電話:055-940-0038
地域交流プラザ 行事予定	露天風呂・内湯・足湯・ボランティア受け入れ・ぶなカフェ:新型コロナウイルス感染拡大防止対策のため休止中です。引き続きボランティア登録は募集しておりますので、お気軽にお問い合わせください!!



求人案内



一緒に働いてくださる職員さんを募集しております。詳細はホームページへ!中途採用の方も安心して働けます。

募集要件

職種:介護職員・看護職員
勤務形態:正職員、非常勤
問い合わせ:担当/安河・杉本



2019年9月OPEN!

編集後記



お世話になります。杉本です。私事ですが、2月から函南・ぶなの森で勤務となり、今月号から編集担当が交代しました。葦山・ぶなの森通信も 50 回を超え、毎月の編集を楽しませて頂いておりました。多くの方のご協力があり継続できたこと、本当に感謝いたします。これからのぶなの森通信をお願いします!

問い合わせ先



葦山・ぶなの森

〒410-2141
静岡県伊豆の国市葦山山木 391-1
TEL 055 (940) 0027 FAX 055 (940) 2700

函南・ぶなの森

〒419-0114
静岡県田方郡函南町仁田 284-5
TEL 055 (970) 1127 FAX 055 (970) 1155

《社会福祉法人 函要会》

法人本部: 〒419-0114 静岡県田方郡函南町仁田 284-5
TEL 055 (970) 1127 FAX 055 (970) 1155

ホームページ <http://www.buna-no-mori.jp>

