



葦山・ぶなの森 通信

発行日:令和 4 年 11 月 21 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



「地域に貢献」情報 令和 4 年 12 月号

年末のイベント情報

今年の秋は運動会やお祭りが開催されました。提灯や、応援に必要なぼんぼんはできるだけ職員が手作りをします。写真からは応援の声が聞こえてきそうですね!

さて 12 月のイベント情報等です。特別養護老人ホームでは、19 日茶道クラブを予定しております。面会は 1 か月前より電話にて人数や時間を制限して行っております。



クリスマス会は、ショートステイは 16 日、デイサービスでは 22 日、放課後等デイサービスでは 12 ~ 16 日(15 日を除く)に開催予定です。サンタさんが登場するかもしれません。24 日のクリスマスイブの昼食はチキンライス、おやつにブッシュドノエルを予定しております。お楽しみに。



今月の見出し

- ① イベント情報
- ② 音福連携
- ③ ナースの所見
- ④ 栄養だより

- ⑤ 職員紹介
- ⑥ 12 月カレンダー
- ⑦ スタッフ募集中
- ⑧ 編集後記
- ⑨ お問い合わせ

ナースの所見

～体温を上げて風邪予防～

体温を上げると免疫力が向上するといわれております。体温を上げるためにはショウガや、色が黒い食材が良いといわれています。黒い食材とは、黒豆、黒ゴマ、黒砂糖、玄米など栄養価を残したものを指します。体温を上げることで自律神経の乱れも予防できるそうです。

また風邪に負けない体を作るためにビタミン・ミネラルを摂取し、生活リズムを整えましょう。睡眠時間を確保する、栄養を十分にとることが大切です。

(看護師 塩谷)



音福連携

介護の日のイベントとして、11 月 3 日ふくしミュージックフェスティバル伊豆の国が葦山時代劇場で開催されました。福祉と音楽の祭りということで、当日は音楽団による出し物や、和太鼓演奏などで会場は大盛り上がりでした。

当施設からも来場者さんに花の苗をお渡しするなど、6 名が参加・協力をさせていただきました。

音福連携という言葉があるように、福祉と音楽はとても繋がっていることを実感しました。

福祉の力、音楽の力は身近な方の心を動かし手を差し伸べることができる、とても大きくて優しい力なのかもしれません。



職員紹介

今回は五島洋子職員のご紹介です。11 月に異動となり、特養配属となりました。今年 2 輪の普通免許を取得し、友人とツーリングに行くのが休日の楽しみです。いつも明るく前向きな介護福祉士です。ひとこと:利用者様、そのご家族様、職員の先輩方にいろいろと教えて頂きながら、皆様のお力になれるよう、成長していけたらと思っております。



栄養だより

引続きブロッコリーについての特集です。

●新鮮なブロッコリーの選び方●

濃い緑色でつぼみが小さく、粒がそろってぎっしりつまっているもの。芯の切り口がみずみずしく変色していないこと。空洞がないもの。

●保存方法●

ビニール袋に入れるかラップにくるみ立てて保存するのがベスト。なるべく野菜室でなく(寒い)冷蔵庫で保存。

●加熱方法(電子レンジ編)

- ①ブロッコリーを綺麗に洗い小房にカット
- ②耐熱皿に(濡れたままの)ブロッコリーをのせ、水(大さじ 1)を回しかけてラップする(塩を軽く振るのも OK)
- ④600W の電子レンジで 4 分(1 株)加熱する。(1/2 株なら 2 分~2 分半)
- ⑤レンジから取り出し粗熱を取る

(管理栄養士 三橋・清水)



葦山・ぶなの森 12月カレンダー

※行事は変更することがあります。最新の空き状況はHPをご参照ください。

※空き状況 ◎:十分に空きあり ○:空きあり △:残りわずか ×:空き無し

※ご予約はケアマネージャーさんを通して行って下さい。

月	火	水	木	金	土	日
28	29	30	1	2	3	4
ショート予約△ デイ予約△ 埋容アロカ来所 フナ:海鮮丼	ショート予約△ デイ予約△	ショート予約◎ デイ予約○	ショート予約◎ デイ予約○ 歯科・内科往診 カブチ(テイ)	クリスマス装飾 ショート予約◎ デイ予約△	ショート予約 デイ予約△	ショート予約△
5	6	7	8	9	10	11
ショート予約△ デイ予約△	ショート予約○ デイ予約○	ショート予約○ デイ予約○ カブチ作り	ショート予約△ デイ予約○ 歯科・内科往診 美容ハテ	ショート予約△ デイ予約△ 華パン体操(テイ)	ショート予約△ デイ予約△ ピカ大会(テイ)	ショート予約△
12	13	14	15	16	17	18
ショート予約△ デイ予約△ ピカ大会(テイ)	ショート予約△ デイ予約○ 防災訓練(テイ)	おやつ作り ショート予約 デイ予約○	ショート予約△ デイ予約○ 内科往診	ショート予約△ デイ予約△ クリスマス会 ケーキ作り(テイ)	ショート予約 デイ予約△ 体操計算(テイ)	ショート予約△
19	20	21	22	23	24	25
ショート予約△ デイ予約△ 戦国カブ(前田利) 特養茶道カブ	ショート予約△ デイ予約○ 手芸(テイ)	ショート予約△ デイ予約○ ピカ大会(テイ) フナ:大丼	ショート予約△ デイ予約○ 内科往診 松花堂弁当	ショート予約△ デイ予約△ 初詣(テイ)	ショート予約 デイ予約△ クリスマスフナ	ショート予約 クリスマスフナ
26	27	28	29	30	31	1
ショート予約△ デイ予約△ 年賀状作り 埋容フロンショ	ショート予約△ デイ予約○ フナ:握り寿司	ショート予約△ デイ予約○	ショート予約△ デイ予約○	ショート予約△ デイ予約△	ショート予約△ デイ予約△ 大晦日フナ	元日

職員募集

一緒に働きませんか



放課後等デイサービス職員

- ・保育士
- ・児童指導員(2年以上児童福祉事業に従事した方)
- ・大学で社会福祉学、心理学、教育学、社会学を専修した方
- ・社会福祉士 ※職員・パート募集中



お問合せ先

担当(葦山)柄澤・勝亦
電話:055-940-0027
お気軽にお問い合わせください。

編集後記

11月8日の夜、赤黒く光る皆既月食を見た方もいらっしゃるのではないのでしょうか。

月が赤く見えるのは、朝日や夕日が赤く見える原理と同じように、赤い光は波長が長く、光が散乱されにくいので、皆既食中の月を照らすのだそうです。神秘的です。

(野中)

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>