



葦山・ぶなの森 通信

発行日:令和6年3月22日
 発行所: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/> ▲QRコード
 メール:tokuyou-nirayama@buna-no-mori.jp

「地域に貢献」情報 令和6年4月号

ありがとうございます



こちらの男性は、山田完一さん(81歳)です。昨年の11月から毎週、仕事の休みを利用して葦山・ぶなの森にボランティアをしに来てくださっています。山田さんが活動を始めてくださったきっかけは『施設は立派な建物なのに外側の窓が汚れていて気になったこと』だそうです。職員の手が足りていないところで、自分が清掃などを手伝うことは、入居者様の幸せにつながると感じたそうです。「お金をもらってやる仕事とは違った生きがいを感じ、気持ちが引き締まる。」と、今も継続して活動してくださっている理由を教えてくださいました。山田さんがこれまでにしてくださった仕事は、窓掃除、側溝の掃除、草取り、植木の手入れ、車イスや公用車の掃除、壊れた看板の作り直しなど。そんな、山田さんの元気の秘訣を伺うと、「葦山・ぶなの森で仕事をしていると、知らない職員でも『ありがとうございます』と声をかけてくれるのが嬉しい。」とおっしゃってくださいました。山田さんからいただいた優しさを、私たち職員が次の誰かへとつないでいくことで、幸せや笑顔が循環していく施設にしていきたいと思えます。

体を動かしましょう

日々、体を動かすことは、筋力や身体機能を維持するために大切であることはもちろんですが、ほかに、認知機能の低下や認知症の予防につながるとされています。

こちらは、ご利用者様の日々の体操や、運動、体を使ったレクリエーションの様子です。皆さま、それぞれご自分のペースで楽しんでいます。晴れた日に外で行う体操は最高に気持ち良さそうです！



今月の見出し

- ① ありがとう
- ② 体を動かしましょう
- ③ ナースの所見
- ④ 栄養だより
- ⑤ 職員紹介
- ⑥ サービス案内
- ⑦ スタッフ募集
- ⑧ 編集後記
- ⑨ お問い合わせ

ナースの所見

十分に睡眠は取れていますか？

今回は不眠症についてです。不眠症には4タイプあります。入眠障害・中途覚醒・早朝覚醒・熟眠障害。タイプに合わせた睡眠薬を医師に相談することも必要です。生活習慣の工夫としては、適度な運動・就寝時刻・就寝環境・就寝前の適度な飲酒など、薬に頼らず良眠につながります。医務 松田

栄養だより

【はちみつ】

大きく分けると以下の3種類に分けることができます。



- 純粋はちみつ…天然成分100%。厳しい基準をクリアしているはちみつ
- 加糖はちみつ…販売コストを抑えるために、水あめ・加糖・シヨ糖などを足した加工品。成分が氷増しされているため、純粋はちみつと比較して栄養価が劣ります。はちみつ本来の殺菌作用も期待できません！
- 精製はちみつ…はちみつに含まれるタンパク質やビタミン・ミネラル類を特殊な膜により除去したものはちみつ独特の色や香りはありません。

スイーツの甘味料として、また煮物料理のつや出しや隠し味として使用する場合は、国産や純粋はちみつなど高級品にこだわらず、手頃な値段で購入できるはちみつで大丈夫です。(管理栄養士 三橋・稲葉)

職員紹介



「2月より葦山ぶなの森『放課後等デイサービス』に入職いたしました飯田悠捺です。前職は児童養護施設で働いていました。まだまだ未熟ですが、子供達と一緒に成長していければいいなと考えています。趣味はパン屋さん巡りです。」とはにかみながら話してくれました。二十歳の若い力で頑張ってください！

サービスのご案内 (令和6年3月22日現在) ※ぜひお問い合わせください！

入居(特養) 担当:今井	定員 80名入居。介護3以上で入居希望の方、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。 直通電話:055-940-0027
ショートステイ 担当:小林	定員 10名。ゆとりある建物・設備にてお待ちしております。職員は生活相談員含め9名、内介護福祉士8名体制で元気に営業中です。利用2カ月前よりご予約受けつけております。毎月カラオケ大会等企画をしております。 直通電話:055-940-0035
デイサービス 担当:伊東	定員 35名。新しい建物・設備で、ゆったり温泉を堪能ください!天気のいい日には足湯を開催します。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) 直通電話:055-940-0037
ケアマネジャー 担当:茅原(カヤハラ)	ケアマネジャー4名体制。提供範囲は、伊豆の国市、函南町、三島市の一部です。宜しく願います。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:石澤	定員 10名。受給者証を取得された、伊豆の国市内の小中学生が利用対象になります。 直通電話:055-940-0027
配食サービス 担当:稲葉	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メニューを、厨房(委託業者グリーンハウス)にて丁寧に仕込み、専属のドライバーが皆様の家に直接伺います。お家で暖かいメニューをご堪能下さい。 直通電話:055-940-0038

職員募集 介護職(正職・パート) 介護パート(7:00~10:00位、一緒に働きませんか 16:00~19:00位) 夜勤専従パート(20:00~翌9:00)

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



編集後記

すっかり春の陽気になり、そろそろ桜の咲く時期になりました。利用者様も一緒にお花見をしましょう。(松本)

お問い合わせ



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 函南会】
 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>