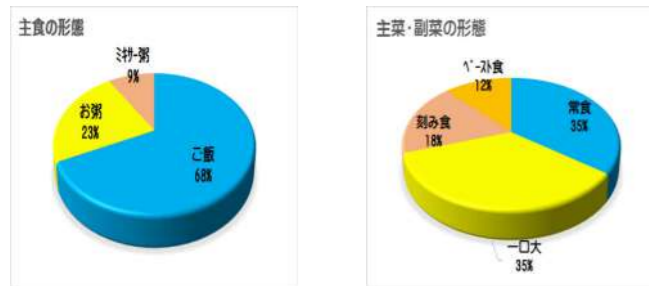


嗜好調査結果報告

令和3年8月1日～8月31日までの期間で、入居者26名（胃ろうを除く）・短期入居者8名の計34名を対象とした嗜好調査を実施いたしました。

調査の結果、麺類が好き・魚が好きという意見が多く見られました。麺メニューでは普段食事が少ない方も完食されるなどとても人気があります。入居者様にとって、食事は生活の一部であり楽しみの一つであると改めて感じる事が出来ました。健康状態・栄養状態を把握しながら、楽しく美味しい食事の提供を常に目指し、笑顔あふれる食卓が続けられるように心がけていきたいと思っております！😊（栄養士 長谷川）



たべもの通信 ~冬の冷え症対策~

季節が変わり、体調不良や冷えを感じることはないですか？これからの冷え性のお悩みに、身体を温める食材選びのポイントをご紹介します♪

①冬が旬のものや寒い地域で採れたもの

青森のように寒い地域では、熱を吸収し蓄える必要があるため、身体を温める野菜や果物が育ちます。反対に、南国などの暖かい地域では、熱を放出しなければならないため、身体を冷やす食材が育ちます。

②地面の下で育ったもの

冬に地下（地中）で育つ根菜などは体を温める効果があります。夏に地上に育つトマトやキュウリなどは身体を冷やす作用があります。

③発酵食品

味噌や納豆、チーズやヨーグルトなどの発酵食品には、身体の代謝を良くする酵素が含まれているため、身体を温める作用があります。



栄養士 長谷川

すこやか苑でのコロナ感染対策について

新型コロナウイルス感染症対策として、当苑では職員が外からウイルスを持ち込まないように、手洗い・うがい・マスク着用・3密を避けた行動を徹底しています。また、入居者様及びご家族の皆様には、面会や外出等の制限でご不便をおかけしておりますが、感染拡大防止のため、もうしばらくご理解とご協力をお願いいたします。コロナ禍ではありますが、ご家族様とのつながりを持ち続けるために、リモート面会及び窓越し面会を積極的に行っておりますので、ぜひご予約の上、ご来苑下さいませようよろしくお願いいたします。（施設長 千葉）



窓越し面会の様子



転任・新任職員紹介



支援員 山上 優子 やまがみ ゆうこ

9月1日よりライフサポートおばより、異動になりました山上優子です。日々の業務にまだ慣れず教えてもらいながら頑張っていますので、よろしくお願いいたします。



看護師 辻村 亜由子 つじむら あゆこ

10月1日から入職しました看護師の辻村亜由子です。入居者の皆様安心して楽しく生活を送って頂けるよう誠心誠意頑張ります。どうぞ宜しくお願い致します。



支援員 横内 研 よこうち けん

9月1日より採用となりました横内研です。入居者様の生活に寄り添った支援が出来る職員を目指して、精一杯努力してまいります。宜しくお願い致します。



支援員 箱崎 寿子 はこざき ひさこ

10月1日より採用になりました箱崎寿子です。主に入浴介助の業務を担当しております。皆様何卒よろしくお願いいたします。

青森市民大学様よりウェスの寄贈

10月27日、青森市民大学大野校の山内様と津川様が来苑され、ウェス（古布）の寄贈がありました。支援や清掃の際に使わせていただきます。ありがとうございました。



※青森市民大学・大学院とは

自己を高める学習に加え、地域社会をとりまく問題・課題やその解決方法について自らが学び、学習の過程やその活動の成果を地域社会に活かしていくことを目的として、各市民センターで開設しています。

ユニット間の職員異動について

9月1日付でユニット間の職員異動がありました。内容については以下の通りです。引き続きよろしくお願いいたします。

- 渡邊支援員 ふじ→つがる
- 福田支援員 おうりん→ふじ



<編集・発行>
 社会福祉法人 青森県すこやか福祉事業団
 特別養護老人ホームすこやか苑
 〒030-0947 青森市大字浜館字間瀬85-6
 電話 017-757-8122
 ホームページ http://sukoyakaen.com/



すこやか苑QRコード

すこやか苑 基本理念・方針

<基本理念>

家庭に近い環境の中で、入居者一人ひとりの尊厳が守られ、心穏やかに自分らしく生活できるように支援します。

<基本方針>

- 1.入居者一人ひとりの尊厳を尊重します。
- 2.家族とのきずなを大切にします。
- 3.地域とのつながりを大切にし、地域の高齢者福祉の拠点を目指します。



秋

たとえば、食欲？読書？芸術？いえいえ、何といってもスポーツの秋です！というわけで、すこやか苑では、開設以来初の大運動会を開催しました。

ユニット対抗での熱い戦いの前に、まずは全員で津軽弁バージョンのラジオ体操で体をほぐしました。競技種目は時間の都合上、ボウリングと玉入れの2種目でしたが、金メダルと優勝カップをかけて、熾烈な戦いが繰り広げられました。

ボウリングでは、気持ち良い音を立てて倒れるピンに歓声が上がる一方、ピンの手前でコースを変えるボールにため息が出る等、会場の雰囲気も盛り上がりました。玉入れは、床を縦横無尽に動き回るカゴ目掛けて、玉を投げ入れるという新感覚のゲームでしたが、笑顔あふれるゲームとなりました。

各種目の優勝チームには金メダル、総合優勝のユニットには優勝カップが授与され、感激に涙する場面もありました。各ユニットに戻ってからも興奮冷めやらぬ様子が見え、楽しい行事となりました。（理学療法士 今）



選手宣誓



ボウリング ストライクとれたかな？



玉入れ かごは近くまで寄ってきます



一気にまとめてポイっ作戦



表彰式&記念撮影





8月21日(土)に2階多目的ホールにて、夏祭り・居酒屋イベントを開催しました。居酒屋ではノンアルコールドリンクとおつまみを提供し、ホール内のスクリーンに一昨年のねぶた運行を映し出し、夏らしさを演出しました。また、ホール隣のバルコニーでは、ヨーヨー釣りや輪投げコーナーを設けました。天候にも恵まれ、加えて暑さがそれほど厳しくなかったこともあり、多くの入居者様に参加して頂きました。ノンアルコールのお酒や焼き鳥が予想以上の人気でおかわりされる参加者もあり、「美味しい」とたくさんの笑顔が見られました。(支援員 中村)



敬老のお祝い

9月22日(水) 14時より敬老会を行いました。今年度も新型コロナウイルス感染症対策として1、2階それぞれに分かれて実施しました。

はじめに施設長より入居者の皆様へ日頃の感謝と合わせて、長寿のお祝いの挨拶がありました。その後、美空ひばりのお祭りマンボに合わせた踊りの余興を職員で行いました。入居者の皆様は踊りに合わせて拍手や「ワッショイ、ワッショイ！」と声を出し、一体となって楽しみました。皆様の笑顔を見ることができ、こちらも嬉しい気持ちになりました。

(副主任支援員 神山)



ユニット通信 ~最近のようす~



つがるユニットでは、7月に七夕会、9月には十五夜会とほくとユニット入居者様と合同でゲームや体操をしたり、誕生日会にはプレゼントを用意しお祝いするなど毎月行事を行いました。また、季節に合わせた職員手作りの飾りつけや、書道クラブに参加された入居者様の作品をユニット内に展示し、季節を感じてもらえるよう取り組んでおります。(支援員 阿部)



ふじユニットの入居者様は歌を歌うことが好きな方が多く、一人が歌うとそれに合わせて周りも合唱される事が多く見受けられます。そのため、行事を企画する際は、歌を取り入れた内容にしています。その時期にあった曲や、リクエスト曲を入居者様から頂き、皆で歌っています。歌が始まると、皆さんの笑顔が多く見られます。(支援員 熊谷)



おうりんユニットでは、入居者様と職員の間で何気ない会話を楽しんでいます。また、一緒に洗濯たたみやチラシ箱作りといった余暇活動も取り組んでいます。

行事については、お誕生会を開催しています。誕生日の入居者様を、他入居者様と一緒にパースデーソングを歌い、入居者様をイメージしたお花の飾り物や日用品などをプレゼントしています。(支援員 三上)



9月19日(日)、つがるユニットと合同で「お月見会」を行いました。お月見にちなんで新聞紙をまるめて団子を作り、その団子と一緒に皿に積み上げるゲームを職員と一緒に行いました。途中で何度も崩れてしまったり、見事にお供え物のように綺麗に積み上げた入居者様がいて、とても笑顔があふれる行事になりました。終了後は各ユニットで、プリンやシュークリームなど用意し、みんなで食べました。(支援員 相内)

