



施設行事

暑い日が続いていますが、いかがお過ごしでしょうか。身体を壊さないように気をつけましょう！

4.3 お花見

去年に引き続き、今年も桜の森公園にお花見に行きました。今年は少し開花が遅かったため、桜が満開ではなかったのが残念ですが、気候がよく、とても良い気分転換になったと思います。来年は、満開の桜が見られますように。



4.22 三味線演奏会

津軽三味線の演奏に来ていただきました。迫力ある演奏に涙される方も…。音楽の力ってすごいですね。♪



6.23/24 花咲ケメ子ショー

花咲ケメ子さん(芸名)にボランティア公演に来ていただきました。歌・手品・踊り・紙芝居など盛りだくさんで、入居者様はもちろん職員も大爆笑のとてもおもしろいショーでした。笑うことはただ楽しいだけでなく、高齢者の健康に深く関わる行為です。これからも、皆様に楽しんでいただけるような公演を用意していきたいと思います。



6.11 居酒屋 桜の盛オープン

お酒が飲みたいという入居者様のご要望にお応えして、月1回居酒屋をオープンさせることになりました。皆様にとっても喜んでいただけました。次回は7月14日です。お楽しみに☆



夏祭りのご案内

平成29年8月5日(土)開催予定!
詳しくは別紙にてご確認下さい。



今年4月から、桜の森白子ホームにケアマネージャーの事業所がオープンしました。住み慣れた我が家に暮らしながら介護を必要とする方のために、介護保険を上手に使っていただくお手伝いをさせていただきます。くのが私達ケアマネージャーの仕事です。

事務所は鈴鹿医療科学大学白子キャンパス内にあり、大学生に囲まれた環境の中で若いパワーをもらいながら元気に活動しております。できたばかりの新しい事業所ですので、皆様の町にも出かけて、ポストへパンフレットを投函させていただいたりもしています。もし、お近くに介護について不安や困っている方がみえましたら、ぜひご連絡ください。



はじめまして、酒井恵理子(さかいえりこ)と申します。私は、ケアマネージャーとなつて丁度十年、主任ケアマネージャーの資格を取得し、ベテランと言われる立場にはなりましたが、毎日が新人のように、勉強の日々を過ごしております。また、自宅で九十歳近い母の介護をしており、介護を必要とされる高齢者や家族様のお気持ちに他人事ではないように感じます。一緒に悩んで、一緒に泣いて、最後は一緒に笑いながら介護を楽しんでいきたいと思っています。分りにくい介護保険のことで「聞いてみようかな」と思われる方は、お気軽に声をかけて下さいね。

訪問看護ステーション

4月から訪問看護ステーションをオープンしました。スタッフは訪問看護の経験のある正看護師6人で行っています。『看護は手から心から』をモットーとしています。

訪問看護って何？という方も多いかと思えます。住み慣れた我が家で医療保険や介護保険を使って、看護師による医療相談や健康観察の見守りから医療的なケアまで、利用者の自宅での生活がより快適に、また介護者の介護負担を軽減する為に私たちは在宅にお伺いします。医師とも連携をとっていますので安心してください。桜の森白子ホームではショートステイ、デイサービスがありますが、訪問看護ステーション桜の森白子ホームをご利用して頂く事で、よりトータルな体調管理をしていくことができるので安心して頂けると思っています。



はじめまして。訪問看護ステーションの管理者の多喜川です。私の趣味とまでは行きませんが、その季節ごとに春なら桜の花見、夏なら花火見物、秋なら紅葉、冬は正月に伊勢参りなどが好きでやっています。基本的に、田舎育ちなので自然とふれあう事が好きですね。

訪問看護には携わって5年程になります。自分自身が逆に元気をもらいう場面もありそんな所がいいです。訪問看護に携わったのは、訪問看護を学ぶ後輩の指導に当たるうちに自分が引かれていったのがきっかけです。元々そんなに人がやっていないことがやりたかったことと、一対一でゆっくりと利用者の方に接することのできる仕事が自分に向いているとも思ったからです。これからも在宅看護で過ごす良さを知ってもらいながら訪問看護の看護師でずっといたいと思っていますので、よろしくお願い致します。

栄養士紹介



管理栄養士の尾崎裕香(オザキユカ)と申します。鈴鹿生まれ、鈴鹿育ちで、大学は鈴鹿医療科学大学 医療栄養学科に通っていました。卒業してからは四日市の特別養護老人ホームで勤めていましたが、縁あって桜の森白子ホームで勤めさせていただくこととなりました。

主な業務は、献立・衛生・入居者様の栄養状態の管理や食事相談・社会貢献活動などです。栄養状態の管理においては、喫食量や体重の増減の確認、多職種と連携をとり、入居者様の健康状態の維持・改善に努めています。

また社会貢献活動では、月一回「家族みまん」という若年性認知症の方とその家族様を対象としたサロンと、職員の子どもを預かるホリデー子ども広場に関わっています。どちらも昼食を提供させていただきますが、対象者が全く違うので喜んでいただける献立を考えるのが難しくもあり、楽しくもありません。

利用者の皆様が、健康でいていただく為に食事は欠かせません。「食事を楽しくみに行っている」という利用者様も多くいらつしやいます。栄養バランスの取れた、おいしい食事をお出しできるよう奮闘する毎日です。これからも頑張っていきますので、どうぞよろしくお願い致します。



夏野菜の効果、ご存じですか？



今年も暑い夏がやってきました！夏野菜がたくさん取れる時期ですね♪ 実は夏野菜には様々な夏を乗り切る効果があります！その一部をご紹介します。

- ★トマト…赤い色素成分「リコピン」は、高い抗酸化作用があり、免疫力アップや発がんを抑える効果があるといわれています。リコピンには、もともと油に溶けやすい性質があります。そのため油を使った調理により、吸収が高まります。リコピンは熱に強いので、炒めたり煮込んだりしても成分が減少する心配もほとんどありません。
- ★きゅうり…ナトリウムを排出させる作用のある「カリウム」を含んでいるので高血圧や生活習慣病の予防に効果が期待できます。利尿作用もあるので、夏場のむくみ対策にもよいでしょう。
- ★オクラ…独特のネバネバが消化を助ける働きをしてくれます。このネバネバの正体は、「ペクチン」という水溶性の食物繊維と、「ムチン」という糖タンパク質です。ペクチンは、高い整腸作用で便秘と下痢の両方に良く、ムチンには他のタンパク質の消化吸収を助ける働きがあります