

CONNECT

MOEフリーマガジン | 142 | October 2024

施設からの取組報告

サークル活動のご紹介

介護付有料老人ホーム フルールハピネスたきかわ
[手芸サークル]

うちの施設のNo.1はこれ!

老人保健施設 モエズガーデン小樽
[素敵な「ガーデン」と利用者の笑顔、
何より美味しい野菜の追加一品!]

CONNECTクッキング

子供のおやつにも!!
小倉南瓜

MOEインフォメーション

新型コロナワクチンの定期接種について
衣替えのご準備を!

もえっこクラブ通信

もえっこクラブ おびひろより

CONNECT フィットネス

オーラルフレイル対策のための
口腔体操



MOEの夏祭り「ちゃんこい縁日」の様子

今年の夏も企画行事として、各事業所で「ちゃんこい縁日」を開催しました。それぞれの事業所が工夫を凝らし、屋台をイメージしたスペースが屋内外に登場！入居者が昔ながらの射的やヨーヨー釣り、ゲームなどを童心に帰って楽しむ姿がみられました。景品のお菓子やかき氷も大変喜ばれ、縁日は大盛況。北海道の短い夏を満喫いただいたご様子を紹介します。



新ひだか町ケアハウス のそみ



特別養護老人ホーム
モエズヴィラ美唄



住宅型有料老人ホーム
フルールハピネスいしかり



住宅型有料老人ホーム
フルールハピネスおびら



介護付有料老人ホーム
フルールハピネスしのろ



介護付有料老人ホーム
フルールハピネスたきかわ



介護付有料老人ホーム
フルールハピネスていね



住宅型有料老人ホーム
フルールハピネスとまこまい



介護付有料老人ホーム
フルールハピネスななえ



住宅型有料老人ホーム
フルールハピネスはぼろ



介護付有料老人ホーム
フルールハピネスみなと



グループホーム 萌 えにわ



グループホーム エルムの里



グループホーム はぼ〜れ



サービス付き高齢者向け賃貸住宅
グランジェMOE篠路



老人保健施設 モエズガーデン小樽



上砂川町立老人保健施設 成寿苑



上砂川町立特別養護老人ホーム
はるにれ荘



地域密着型特別養護老人ホーム
モエズヴィラ東5条



住宅型有料老人ホーム
フルールハピネスはこだて



施設からの 取組報告



公式WEBサイト

MOE
MOE GROUP

ご見学などのお問い合わせは TEL 011-771-7888 担当:高橋

グランジェMOE 篠路

レクリエーション

夏の風物詩の一つである、花火の制作を行いました。黒い画用紙に絵の具を使って花火を表現しました。白や銀色のペンで線を書くことで、また違った印象となっていました。利用者様の花火を組み合わせると、綺麗な大きな花火が打ち上がったようでした。



ご見学などのお問い合わせは TEL 0123-34-6111 担当:村田

フルールハピネス えにわ

日常のご様子

当施設駐車場の片隅にある小さな畑にプチトマトの苗を植えてあったのですが、知らない間にグングン育ち、たくさんの実をつけていました。美味しそうに真っ赤に実ったトマト。当然カラスが放っておく訳もなくほとんど食べられてしまいましたが、残った実を収穫しました。来年はカラス対策をバッチリしたいと思います!



ご見学などのお問い合わせは TEL 0164-49-5221 担当:宮本

スパ&アクティブスタジオ モエジム

日常のご様子

8月は暑さが厳しい期間もあり運動を控えることもありましたが、皆さまはいつもよりこまめに水分補給をされていたので、熱中症や脱水症状を予防することができました。その中で8月は下肢筋力の強化として、レッドコードを使用した立位での運動を実施しました。皆さま楽しみながらも暑さに負けじと一生懸命取り組まれていました。



MOEからのおしらせ

北海道の夏は短いと言われてますが、気温が上がり30度を超える日も多くなっている留萌です。比較的涼しい土地ではありますが、それでも「暑い」と利用者様もうなるほど。そんな日は、水分補給をかねてかき氷を提供しております。さっぱりするね、懐かしいねという声も聞かれ少しの時間ではありますが涼しい時間となったようです。(デイサービスセンター はーとふる)

サークル活動 のご紹介

介護付有料老人ホーム
フルールハピネスたきかわ

今月のサークル
手工芸サークル
開催日程 / 毎月1回



私が担当しています

担当職員 / 佐々木 和子



月に一度、手工芸サークルでは折り紙や画用紙などを使用し、利用者様に毎月違った作品を作っています。今回は、新聞紙を使って素敵な紙バッグを作りました。「これなら、細々したものをに入れてお部屋に飾っておいてもいいね!」と、利用者様同士で話をされながら見せ合っていたのが印象的でした。

製作中は集中することができ、指先のトレーニングにもなり、好評のサークルです。



This is the best in our facility!

うちの施設のNo.1はこれ!

「うちの会社でNo.1じゃないかな?」「他の施設には負けていないな!」
という、コト・モノ・人をご紹介します!

老人保健施設

モエズガーデン小樽

素敵な「ガーデン」と利用者様の笑顔、
何より美味しい野菜の追加一品!

No.1!

モエズガーデン小樽の野菜たちは、農業技術士さんのお知恵をお借りしながら入所者様がお世話や収穫を下さり、近隣の方からお褒めの言葉をいただくほど素適な「ガーデン」なんです! この「ガーデン」で収穫された野菜たちは、栄養課と連携し、採れたてを生かした彩の良い一品として入所者様の食卓にお届けしています。

この日の食卓には「茶巾ずし」に可愛いチューリップが咲きました。「さっき採った絹サヤね。味が濃くておいしいわ。」と皆さん笑顔で召し上がりました。



MOEからのおしらせ

先日のレクリエーションでボーリングを行ったので紹介します。空のペットボトルを10本並べ、ボールを投げてもらい何本倒せたかを勝負します。長い距離でも正確に狙いを定めて投げられていて、ピンを倒したときには自然と拍手が起こりました。今後も利用者様の皆様と一緒に楽しめるゲームを実施して参ります。(グループホーム 萌えにわ)

CONNECT

クッキング

子供のおやつにも!! 小倉南瓜

残暑も落ちついてきて肌寒くなっている日も多くなってきました。これからの時期、旬を迎えて美味しくなっていく南瓜を使った料理をご紹介します。

南瓜は炭水化物を多く含みます。炭水化物とは、糖質と食物繊維の合成体で糖質は脳や体を動かすエネルギーとなりますが、食べ過ぎると使われなかった分は中性脂肪になり、肥満の原因となるため注意が必要です。また、食物繊維は便通を促すほかに脂肪や糖質を吸着し排出させる働きもあります。それ以外にカリウムやビタミンC、Eなど、体に有効な栄養素も含んでいます。

食事量や体に気をつけて、旬を迎える南瓜を美味しく食べましょう。



美味しいですよ!



介護付有料老人ホーム
フルールハビネスしのろ
栄養士

佐藤 由崇

材料(1人分)

南瓜	50g
粒あん	15g
食塩	0.1g
水	15g

〈水溶き片栗粉〉

片栗	0.3g
水	1.2g

作り方

- 1 南瓜のワタと種を抜きとり、食べやすい大きさに切る。
- 2 鍋に南瓜を入れ、水をかぶるくらい加え蓋をして中火で煮る。
- 3 火が通ったら南瓜を取り出す。
- 4 鍋に粒あんと食塩、水を入れて煮る。
- 5 水溶き片栗粉で粒あんにとろみをつけ、南瓜にかけたら完成。

POINT

粒あんに砂糖を入れて、甘さを自分好みに調整できます。

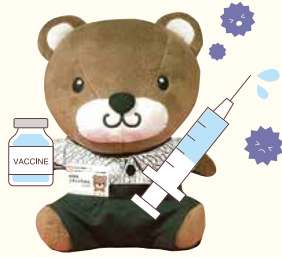


MOEからのおしらせ

デイサービスでは、毎月のカレンダーをちぎり絵で作っています。9月のカレンダーは、中秋の名月(十五夜)という事もあり満月や月見団子のイラストに折り紙を貼って作りました!ちぎり絵は手指の運動や、色の組み合わせ等考えることで脳トレにも繋がります!今回のカレンダーは女性の方がメインに作成されていましたが男性の方も器用に作られています。また、元気な利用者様の様子が見られるよう努めて参ります。(住宅型有料老人ホーム フルールハビネスはこだて)

MOEインフォメーション1

新型コロナワクチン 定期接種について



2024年度から新型コロナワクチンの接種は定期接種に位置づけられ、65歳以上の高齢者等が接種の対象となります。定期接種の対象者以外の方、定期接種のタイミング以外で接種する方は任意接種として受けることができます。定期接種の

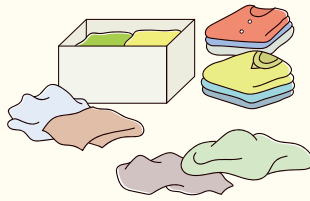
スケジュールは、感染症の状況やワクチンの有効性に関するデータを踏まえ、毎年秋冬に1回行うこととなりました。

インフルエンザワクチンも同時期での接種となりますが、MOEグループでは11月にインフルエンザワクチン接種、12月にコロナワクチン接種を行う予定です。

※新型コロナワクチンの有効性については、オミクロン株流行下では、感染予防・発症予防効果の持続期間等は2～3か月程度。重症化予防効果は、1年以上一定程度持続することに加えて、流行株に合わせワクチンの追加接種を行うことで、追加的な重症化予防効果等が得られると報告されています。

MOEインフォメーション2

衣替えのご準備を！



朝晩の冷え込みが感じられるようになりました。冬に向けて、ご来訪時に少しずつ衣類の入れ替えをお願い致します。

ご持参いただく前に、ご相談ください

ご持参いただいた着替えのサイズや機能が合わないことがございます。利用者様の身体の変化で関節が動きにくくなっていたり痛みが生じている方は、サイズのみならず伸縮性のない生地や被るタイプの服では手が通しにくく、前で閉じられる服のほうが着替えがラクです。また、汗が吸収しにくい生地などは個別性が求められます。サイズやご本人にとっての快適性などアドバイスいたしますので、お気軽にお声がけください。



もえっこクラブ通信

もえっこクラブ
おびひろより

テーマ

施設内交流を通して

託児所の窓から見える木々が赤や黄色に色づき始め、秋の訪れを感じる帯広です。今年度は施設との交流の機会が増え、素敵な思い出が沢山できたもえっこちゃん。初夏は爽やかな風が吹くテラスでバーベキュー、お盆はお祭りの縁日を楽しみ、晩夏は本格的な流しそめんを体験しました。もえっこちゃんが会場の和に入ると、にこやかに手を振り頭を撫でて下さる利用者様。はじめは小さな胸がドキドキして保育士の後ろに隠れていた子ども達も、今では自分から手を振ったり、ペコリとお辞儀をしたり。三歳児さんは「こんにちは!」と元気いっぱい堂々と挨拶ができるようになりました。握手をする際は、柔らかく握り返す姿も。

利用者様との交流を通じて、労りや思いやりの心が育まれ、触れ合うことで自然と優しさや共感の気持ちを学んでいる様子が伝わってきます。絵や折り紙など託児所で制作した作品を飾りに施設を訪問するのも交流の一つ。今月は旬の『ぶどう』を画用紙に表現しました。指先の使い方は年齢で異なるため、テーマは同じでも使う素材や工程を変えています。個性あふれる作品を持って施設を訪問すると「上手だね!」「元気になるね～」と利用者様や職員の皆さんから声を掛けてもらいました。元気と活力を届けられているようで、こうした交流は子ども達にとっても心温まる貴重な時間となっています。

次回、施設ではオリンピックにあやかり「モエリンピック」が開催されるそうです。どんな競技がおこなわれるのか!皆で白熱した様子を観戦したいと思っています。



MOEからのおしらせ

今月は毎週一回萌福祉サービスのグループホーム全体で行っている、合同レクリエーションの様子をお届けします。今回は牛乳パックを細かく刻み積み重ねていくゲームです。皆様上手に積み上げて下さり、6事業の中で1等賞をとりました。残念ながら賞品は当たりませんでしたけど、今度も頑張らしましょうね!(グループホームはぼ～れ)

オーラルフレイル対策のための 口腔体操

食欲の秋と呼ばれるこの季節。旬の味覚が出回り、食への楽しみが増える時期でもあります。フレイルとは、高齢になって心身の活力(筋力、認知機能、社会とのつながりなど)が低下した状態をいいます。筋力などの身体機能の低下より先に、社会参加など他者との交流が減ったり、口の機能が衰えたりすること(オーラルフレイル)から始まります。しかし、早めに発見して適切な対応を行うことにより改善できる状態です。

オーラルフレイルとは、嚥んだり、飲み込んだり、話したりするための口腔機能が衰えることを指し、早期の重要な老化のサインとされています。嚥む力や舌の動きの悪化は食生活に支障を及ぼしたり、滑舌が悪くなることで人や社会との関わりを減らすことになり、全体的なフレイル進行の前兆となり、深い関係性が指摘されています。そうならないために、今回は簡単にできる口腔体操をご紹介します。

介護付有料老人ホーム
フルールハピネスおびひろ
リハビリテーション課
角 ちとせ



運動の目的

嚥む力や舌の筋肉を鍛えることにより、飲み込み機能や滑舌の向上のため。

期待できる効果

嚥む力や舌の動きが維持・向上することにより、美味しいものを美味しく食べることができたり、会話のしにくさによる他者との関わりを減少を予防できる。

運動を行う時間帯

食事前に1~2回程度、無理のない範囲で行ってください。

体調を確認し、無理のない範囲で行いましょう。

座った状態で自分のペースで行いましょう。



あーいー体操

大きく動かすことがポイントです。それぞれ5回程度行いましょう。



①3秒ほど「あー」の口にします。



②次に3秒ほど「いー」の口にします。

口すぼめ ふくらまし体操

大きく動かすことがポイントです。それぞれ5回程度行いましょう。



①両頬をすぼめます。



②次に両頬を膨らませます。

舌の体操

力加減に注意しましょう。左右交互に5回程度行いましょう。



①右頬の内側に舌を動かします。



②指を右頬の外側から舌が当たっている所へ当て、舌を押し込むように力を入れます。



③そのまま3秒程度数えます。



④左側も同じようにやってみましょう。



MOEからのおしらせ

8月29日は上砂川神社のお祭りだったので、当施設に「お神輿」がやってきました。今年是最近又、新型コロナウイルスの感染が拡大してきているとの事で、神主様だけ入館され、お祓いをしてくださり上砂川神社のお礼をいただきました。これ、今年も無病息災で過ごせそうですね。(上砂川町立老人保健施設 成寿苑)

一人ひとりの幸せを見つめる介護です。全道に広がるMOEグループ。

留萌市 複合型介護支援事業所 ウェルフェア萌 (留萌本社) TEL.0164-49-2258
住宅型有料老人ホーム フルールハピネスるもい TEL.0164-49-2258
認知症対応型デイサービスセンター もえんち留萌 TEL.0164-49-2258
グループホーム 萌 TEL.0164-49-2588
スパ&アクティブスタジオ MOEGYM TEL.0164-49-5221
グループホーム もえ〜る TEL.0164-49-5221
デイサービスセンター は〜とふる TEL.0164-49-5022
MOE TRAINING CENTER RUMOI TEL.0164-43-7000

小平町 住宅型有料老人ホーム フルールハピネスおびら TEL.0164-56-8001
デイサービスセンター おびら TEL.0164-59-1210

羽幌町 住宅型有料老人ホーム フルールハピネスはぼろ TEL.0164-62-5188
デイサービスセンター はぼ〜れ TEL.0164-62-5189
グループホーム はぼ〜れ TEL.0164-62-5189

初山別村 グループホーム エルムの里 TEL.0164-68-1818

滝川市 介護付有料老人ホーム フルールハピネスたきかわ TEL.0125-26-5888
鍼灸院リラクゼーションスペース MOE たきかわ TEL.0125-26-5888

上砂川町 上砂川町立老人保健施設 成寿苑 TEL.0125-62-5610
上砂川町立特別養護老人ホーム はるにれ荘 TEL.0125-62-3546
デイサービスセンター 萌 かみすながわ TEL.0125-62-6530
上砂川町立診療所 TEL.0125-62-4088

美唄市 特別養護老人ホーム モエズヴィラ 美唄 TEL.0126-66-6151
地域密着型特別養護老人ホーム モエズヴィラ 東5条 TEL.0126-63-0320
地域密着型特別養護老人ホーム モエズヴィラ 東8条 TEL.0126-66-7711
ケアハウス モユル 美唄 特定施設入居者生活介護事業所 TEL.0126-63-0533
デイサービスセンター モエズヴィラ 美唄 TEL.0126-66-6151

新ひだか町 新ひだか町立特別養護老人ホーム 静寿園 TEL.0146-42-3018
新ひだか町デイサービスセンター なごみ TEL.0146-43-2811
新ひだか町立特別養護老人ホーム 蓬莱荘 TEL.0146-33-2214
新ひだか町ケアハウスのぞみ TEL.0146-32-3331
新ひだか町デイサービスセンター みついし TEL.0146-33-2881
新ひだか町デイサービスセンター あざみ TEL.0146-44-2021

帯広市 介護付有料老人ホーム フルールハピネスおびひろ TEL.0155-27-7575

苫小牧市 住宅型有料老人ホーム フルールハピネスとまこまい TEL.0144-84-1212
デイサービスセンター フルールハピネスとまこまい TEL.0144-84-1212

恵庭市 住宅型有料老人ホーム フルールハピネスえにわ TEL.0123-34-6111
スパ&アクティブスタジオ MOEGYMえにわ TEL.0123-34-6111
グループホーム 萌 えにわ TEL.0123-39-3001

石狩市 住宅型有料老人ホーム フルールハピネスいしかり TEL.0133-62-3911
グループホーム 萌 いしかり TEL.0133-62-3911

札幌市 介護付有料老人ホーム フルールハピネスしのろ TEL.011-776-3333
サービス付き高齢者向け賃貸住宅 グランジェMOE篠路 TEL.011-771-8866
認知症対応型デイサービスセンター もえんち篠路 TEL.011-771-8878
ハイブリッドリハビリスタジオ モエスタα篠路 TEL.011-771-1212
鍼灸院リラクゼーションスペース MOE しのろ TEL.011-771-7888
サービス付き高齢者向け賃貸住宅 グランジェMOE山の手 TEL.011-612-0310
ハイブリッドリハビリスタジオ モエスタα山の手 TEL.011-632-6565
サービス付き高齢者向け賃貸住宅 グランジェMOE桑園 TEL.011-221-3100
サービス付き高齢者向け賃貸住宅 グランジェMOE南4条 TEL.011-261-8128
ハイブリッドリハビリスタジオ モエスタαプレミアム TEL.011-215-8115
介護付有料老人ホーム フルールハピネスていね TEL.011-691-3888
認知症対応型デイサービスセンター もえんち手稲 TEL.011-691-5888
鍼灸院リラクゼーションスペース MOE ていね TEL.011-691-3888
入浴特化型デイサービスセンター モエスパ北25条 TEL.011-788-9285
入浴特化型デイサービスセンター モエスパ元町 TEL.011-769-9430
MOE内科循環器クリニック TEL.011-771-6162
MOE'sキッチン TEL.011-668-5005

小樽市 老人保健施設 モエズガーデン小樽 TEL.0134-21-2555
モエズガーデン小樽 通所リハビリテーション TEL.0134-21-2555
住宅型有料老人ホーム フルールハピネスおたる TEL.0134-21-6100

七飯町 介護付有料老人ホーム フルールハピネスななえ TEL.0138-64-0022

北斗市 モエ調剤薬局 TEL.0138-74-2233

函館市 住宅型有料老人ホーム フルールハピネスはこだて TEL.0138-27-3355
デイサービスセンター フルールハピネスはこだて TEL.0138-27-3355
介護付有料老人ホーム フルールハピネスみなと TEL.0138-43-0033
デイサービスセンター 萌 だいく TEL.0138-23-0011



萌福祉サービスに関するお問い合わせは
お客様相談室で承っております。
メールにてお気軽にお問い合わせください。

✉ お問い合わせ先
sodan@moe-fukushi.com

