

四季便り 春号



発行者
医療法人社団 栄会 介護老人保健施設
フォーシーズン真駒内
令和3年5月発行

今年は春分を過ぎた頃からアスファルトを照らす日差しも暖くなり、雪解けも早く進みました。その影響もあってか私たちの住む札幌でも桜の開花がもうすぐ間近となりました。一方で、新型コロナウイルス感染者においては、一時減少傾向にありましたが、変異株ウイルスによる感染者が増加し、まだまだ油断できない状況にあります。

当施設でも職員が一丸となり、感染予防対策に努めているところであります。入所されているご利用者・ご家族の皆様には、長期にわたる面会制限にご理解とご協力頂き、感謝申し上げます。

現在もご面会が難しい状況でありますので、少しでもこの『四季便り』を通じて施設でのご様子をお伝えできればと思います。なお、今月号から『四季便り』の内容について通所リハビリテーション（デイケア）でのご様子も掲載させていただきますのでどうぞ、ご覧ください。

1月（迎春）



「あけましておめでとうございます！」と私たち職員と新年のご挨拶からスタート！2階では御利益のある栄寿神社で初詣！
3階では今年も厄払いの願を込めて獅子舞を行いました。これで今年1年も良い年になることは間違いなしですね！



2月（節分）



コロナ感染対策をとりながら、2階では鬼の的に向かって「鬼は～外～！福は～内～！」
3階では豆ではなく、お手玉で鬼退治！
どちらのフロアも無事に鬼を退治することができ、とっても盛り上がりましたよ～！



3月（雑祭り）



雑祭りでは、それぞれの階で記念撮影♪
3階では、職員が手作りのパッチワークと一緒にパシャリ！
昼食には、ちらし寿司を堪能しました！



こんにちは!

デイケアです♪



～愉快的なデイケア職員とご利用者様たち～



1階デイケアでの活動の様子をお伝えします。例年であれば夏場は外出レクへ。外出の難しい冬場はおやつ作りを中心に活動しています。

今年度はコロナの影響により、双方とも実施が困難な状況にあります。それでも施設内で職員が創意工夫を凝らした体操やレクゲーム、手芸を中心に元気に活動しております。

手指はもちろん、レクで使用する用具・道具の消毒はこまめにそして入念に行い、安全に楽しく活動できるよう心掛けております。



季節毎に壁紙をご利用者様が製作。現在は桜が見ごろです!



栄 養 だ よ り



～ 館山管理栄養士による旬な食材情報 ～

○春の食材～ 新玉ねぎ

春野菜はとてみずみずしくて香りが強く、柔らかいのが特徴です。

3月から5月頃の春限定でしか食べられない新玉ねぎは、甘みが多くみずみずしいのが特徴です。辛味が少ないのでそのままサラダにして、生で食べると美味しく食べられます。新玉ねぎの栄養で最も注目したいのが、辛味成分である『硫化アリル』です。硫化アリルには血液の凝固を抑制して血液をサラサラにする・慢性疲労・肉体疲労を回復させるといった効果があります。

そして新玉ねぎの栄養効果は生で使ったときに最も効率良く普通の玉ねぎと比較して、新玉ねぎは辛味が少なく、甘みがあるのでサラダなどの生食にぴったりの食材と言えるのです。ただ、あまり日持ちがしないので、手に入れたら早めに食べきるようにしましょう。



○新玉ねぎレシピ ～新玉ねぎシンプルサラダ～

(材料)

- ・新玉ねぎ 1個
- ・かつお節 適量
- ・ぽん酢 適量

(作り方)

- ・玉ねぎは薄切にして水にサッとさらし、水気を切る。
- ・器に盛り、かつお節をかけて、ぽん酢やドレッシングをかけていただく。

～ 施設からのお知らせ ～

○サービス担当者会議について

昨年コロナ感染対策により中止しておりました入所者様やご家族様を対象とした『サービス担当者会議』ですが、本年4月より再開しております。会議で話し合われる内容は入所者様に対し提供させて頂いているサービス内容(医療や看護・介護・リハビリ等)の確認と担当ケアマネジャーが作成する施設サービス計画書(ケアプラン)の内容確認が中心となります。

さらに、老人保健施設としての役割を果たすべく、今後の進路についても確認・検討する機会となります。開催日時につきましては担当の石川より随時、ご本人様・ご家族様へご案内致します。大変ご多忙とは存じますが、ご都合を調整の上、ご参加下さいますようお願い申し上げます。

○看護師長のご紹介

2月1日より新たに山田看護師長が着任しました。日頃の入所様のケアの場面ではもちろんですが、ご家族様へのご連絡やサービス担当者会議等、多くの場面で関わらせて頂くことがあるかと思います。何卒、よろしくお願い申し上げます。

～コロナ感染対策に全力で取り組んでいます～!

当施設では、全職員を対象とした日々の検温とPCR検査を月1回実施しております。マスクの着用・手洗い・うがい・検温はもちろんのこと、手指消毒液の携行とアイガードの着用を実施。デイケアにおいてはご利用者様の食席毎にパーティションの設置等、様々な対策を実施しております。



編集後記

久々の『四季便り』にワクワクドキドキしながらの編集でした。皆様に喜んで頂けると幸いです。さて、私事ですが、数年前から重度の花粉症に悩まされており、鼻水が止まりません。春は暖かく気持ちが良いのですが、花粉症だけは勘弁してほしい今日この頃です。皆様もどうぞ、ご自愛下さい。編集 西野 健太