

みどり園だより



令和6年5月1日発行 発行責任者：北野 晃 編集：みどり園広報委員会 <https://www.taishifukushikai.org/midorien/>



【目次】

- ホームへようこそ……2・3
- デイサービス……4・5
- グループホーム……6
- ヘルパーの笑顔……7
- 給食室から……7
- 医務室の小窓から……8

みどり園

〒675-0104 加古川市平岡町土山423-9

特別養護老人ホーム TEL:078-941-6700

ショートステイ FAX:078-941-1763

グループホーム TEL:078-941-1001

デイサービス TEL:078-941-0155

ヘルパーステーション

TEL:078-941-0306

居宅介護支援事業所

TEL:078-941-1764

FAX:078-941-3787



陽だまりの家

〒675-0104

加古川市平岡町土山423-17

TEL:078-941-0030

FAX:078-941-0031

尾上の郷

〒675-0023

加古川市尾上町池田830-1

TEL:079-422-3344

FAX:079-422-3345

太子の郷

〒671-1511

揖保郡太子町太田231-1

TEL:079-277-5000

FAX:079-276-8688

ホームへ ようこそ

ホーム（特養・ショート）の様子はこちらから

みどり園 ホーム



節分



「鬼は外、福は内。」
と大きな声を出し
豆まきを行いました。

紫安庭園



今年も綺麗な花が咲きました。
野菜の成長も楽しみに見守っています。



ひな祭り



「大きくて立派やね。家にもこんなのあったよ。」
と昔の話を思い出しながら写真撮影しました。



お花見

満開の桜の下でお花見をしました。
皆様、「綺麗ねー。満開！」と
桜に手を伸ばして、
沢山の笑顔が見られました。





1月



今年も天満神社に初詣に行きました。園の恒例行事です。それぞれに願いごとをし記念撮影



園児との交流会☆

皆さまが作ったコマや園児が作った羽子板と一緒に遊びました。子供たちがいると自然と笑顔に・・・(^^♪
とても楽しい時間でした。



3月

昼食にお好み焼きパーティーをしました！
皆さまで生地を焼いたり、ソースを塗って
トッピングしていただきました。
普段とは違う昼食♪



ソースの香りは
食欲が増しますね♪

前回好評だった吹奏楽の演奏会を開催しました♪
間近で生の演奏を聴くことができ、大盛況。
懐かしい曲や知った曲ばかりで、
皆さま口ずさみながら聴いておられました。



2月

初めて移動百貨店を開催しました！
衣類や雑貨、食べ物までお店のようにきれいに
並べられていて、お買い物に行ったようだと喜
ばれていました。



節分行事に豆まきをしました！
紅白玉で鬼をやっつけ、福が来るのを願いました。



4月

満開の桜の中、お花見をしました



敷地内にたくさんの桜が咲いており、
「こんな近くで観れるとはね～」
と喜んでいただきました。



グループホーム



カステラ焼きを
作りました。
おいしい♡



桜がきれいやね～
とみなさん笑顔に
なりました。



ヘルパーの
笑顔



春から初夏の風が清々しい季節になりましたね。
ヘルパーから、自宅での介護のアイデアを紹介させていただきます。

Instagram



工夫とアイデア次第で介護グッズを身近なもので代用できます。

排泄時の洗浄やベッド上での洗髪にはシャワーボトルを使うと便利です。ペットボトルの蓋にキリで穴をあけたり、100円ショップにある、ペットボトルに取り付けられるジョウロキャップを付けて使うとシャワー替わりになって、さっぱりと洗い流すことができますよ。



給食室から

毎月行事食を計画しています。
お食事四季や季節の移ろいを感じていただきたいと思っています。

2月

横浜駅弁



3月

ひなまつり



2月

節分



4月

花見弁当



★「気象病」のお話★

医務室の 小窓から

みなさんいかがお過ごしですか。

そろそろ梅雨の季節がやってきますね。みなさんは、梅雨や台風の時期、季節の変わり目などに体調を崩すことはありませんか？それは、「気象病」によるものかも知れません。



気象病とは、正式な病名ではありませんが、寒暖差が大きいときや、雨の日など、気温・気圧・湿度などの変化で体の不調が生じる状態をいいます。

症状

頭痛・関節痛・古傷の痛み・肩こり・めまい・耳鳴り・血圧の上昇や低下・動悸・倦怠感・嘔気・気持ちの落ち込みなど。

原因

気象病は、自律神経の乱れが関係して起こるといわれています。耳の奥には内耳という気圧の変化を感じる器官があります。内耳はセンサーのような役割をしていて、気圧の変化を感じるとそれを、脳の中枢にある自律神経に伝達します。この、内耳センサーが敏感になっていると、わずかな気圧などの変化にも脳に過剰な情報が伝わり、自律神経のバランスが崩れるといわれています。自律神経が普段から乱れていると、血管の収縮や拡張で、周囲の神経が刺激されたり、痛みを感じる神経が刺激されたりして、気象病のさまざまな症状が出ると考えられています。

対策

自律神経が、天気の影響を受けにくくするように整えることが大切です。早寝早起き・適度な運動・食事をきちんと取る・入浴・十分な睡眠など規則正しい生活を心がけ、自律神経を整えましょう。また、耳周りの血流を良くする「耳マッサージ」を行うと、内耳の血流も促され、気象病の症状で多く見られる頭痛に効果的です。

耳マッサージの方法

- 1 耳を軽くつまみ、上・下・外側に5秒ずつ引張る。
- 2 耳を軽く引張りながら、後ろに向かって大きく5回まわす。
- 3 耳をたたむように5秒間折り曲げる。
- 4 耳全体を手で覆って、円を描くように後ろに向かって5回まわす。

★みなさんも試してみたいはいかかでしょうか



みどり園居宅介護支援事業所

みどり園居宅には6名のケアマネが在籍しています。日々研修や勉強会、情報交換を行いご利用者様によりよい支援ができるよう心掛けております。

ご自宅での介護、介護保険の利用をお考えでしたらぜひご相談ください。

Instagram



営業日 月～土
営業時間 9:00～18:00
電話 078-941-1764



特定技能外国人の紹介

①名前 ②出身 ③日本の好きな所 ④仕事について一言

- ① ニラポ
- ② ミャンマー
- ③ 京都
- ④ 仕事楽しい。先輩たちが優しい。利用者様と話すのが楽しい。



太子福祉会ではたらく
介護の仕事

みどり園 尾上の郷
陽だまりの家 太子の郷

介護の仕事って？と思ったら↓コチラ↓



太子福祉会ではたらく
介護・保育の仕事



太子福祉会 介護の仕事

みどり園の施設の様子や職場環境は↓コチラ↓



Facebookにアクセス

みどり園ではたらく



人のこころに寄り添える仕事！！