

# みどり園だより



令和6年1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 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



中庭で栽培していたスイカ、メロン、枝豆が大きく育ちました。  
皆さんに収穫していただき、美味しく召し上がっていただきました。



# 夏祭り

8月22日夏祭りを開催しました。

たこ焼き等の提供とモグラ叩きや千本引きのゲームも行い、皆様笑顔で過ごされていました。





# デイサービス

デイサービスの様子はこちらから

🔍 みどり園 デイサービス



8月



今年は、輪投げやヨーヨー釣り、射的、スイカ割りなどのコーナーを用意し盛大に夏祭りを行いました。



10月



料理クラブで、園芸クラブが収穫したさつまいもを使用してパンケーキを作りました。ほっこり甘くて好評でした。



コロナ禍になり出来ていなかった外出行事を久しぶりに行いました。万葉の森と加古大池までおやつを持って散歩に行きました。



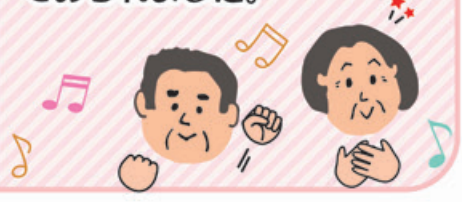
# 9月



暑い日も園芸クラブは室内で活動しています。  
花や野菜をたくさん育てています。



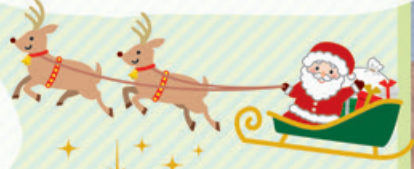
ご縁があり、稲美北中学校吹奏楽部の演奏会を観賞しました。馴染みのある曲が多く、口ずさみながら聴いておられました。



# 11月 12月



手芸クラブで、クリスマスリースを作りました



工作クラブでは、胡蝶蘭を飾る土台作りをしました。電動ドリルやバーナーを使用して本格的な作業をされています。



お楽しみ会では、職員が手品や楽器の演奏を披露しました。カラオケ大会もあり、盛り上がりしました。



利用者様から希望のあった、フラダンス観賞会を開催！愛の讃歌や瀬戸の花嫁など、馴染みの曲でも踊っていただきました。優雅な雰囲気になりました



# グループホーム



たこ焼きパーティーを  
行いました。

## レクリエーション



トランプ・すごろく  
ゲームなどいろんな事に  
挑戦しています。





# ヘルパーの 笑顔



あけましておめでとうございます。

いつもみどり園ヘルパーをご利用頂き

ありがとうございます。

本年もどうぞよろしくお願い致します。

Instagram



## 今回のレシピ

# 栗きんとんとんでどらやき

材 料 (4 個 分)	A	ホットケーキミックス	200g
		卵	2個
		牛乳	100ml
		はちみつ	大さじ2
	栗きんとん	300g	
	黒豆	適量	

- ①ボウルにAを入れてよく混ぜます。
- ②フライパンを弱火で熱し、温まったら一度火を止めます。  
①を直径10cm程の丸型になるように流し入れ弱火で8個焼きます。
- ③表面にふっふつと気泡が出てきたら、裏返して弱火で1分焼き、火からおろします。
- ④③に栗きんとんと黒豆をのせて、残りの③で挟めば出来上がりです。



### 【おせちに栗きんとんを入れる意味】

栗きんとんの「金団」は金の団子もしくは金の布団という意味で、さつまいもや栗の黄色から黄金に見立てられ、財産や金運を得る縁起物とされています。



### 作り方



## 給食室から

### 10月秋祭りメニュー

#### 鯖寿司



### 11月行楽弁当

#### きのこの炊き込み御飯



毎月一回行事食を計画しています。  
お食事で季節を感じていただきたいと思っています。



## ★「嚥下」のお話★

### 医務室の 小窓から

明けましておめでとうございます。今年も宜しくお願いいたします。

お正月といえば「お餅」ですね。そして、この時期はお餅をのどに詰まらせてしまったという話をよく耳にします。お餅に限っている訳ではありませんが、毎年1月は、食べものをのどに詰めてしまうことが原因で起こる窒息による死亡者が多く、そのほとんどが65歳以上の高齢者であるというデータもあります。なぜ高齢者に多いのでしょうか。



- ・「嚥下」とは、口の中のを飲み込み、胃に送る一連の動作。
- ・「嚥下障害」とは、飲み込む動作がうまくできない状態のこと。
- ・「誤嚥」とは、飲食物や唾液などが、食道ではなく気管に入ってしまうこと。



◎高齢者は、唾液の減少、筋力の低下、嚙む力の低下、反射神経の衰えなど、加齢に伴う体の変化があり、また、脳卒中、神経疾患、認知症の後遺症や症状、薬の副作用など、病気や薬の影響により、嚥下に使われている口やのどの周りの動きが悪くなり、嚥下機能が低下し誤嚥したり、食べものがのどに詰まったりしてしまいます。

### 💡 嚥下障害を予防するには

腹式呼吸で深い呼吸を心がける  
呼吸機能を高めることにより誤嚥したものを排出しやすくする。

首、口、舌の緊張をとる

嚥下時の筋肉運動をスムーズにする。リラックスさせる運動として、首をゆっくり前後左右に動かす。頬を膨らませたり、へこませたりする。舌を前に出したり、引っ込めたりする。

パ行、ラ行、タ行、カ行、マ行を繰り返し発音する

口、舌、のどなど嚥下に使う器官を鍛える。

### ⚠️ 日常生活の注意点

- 嚥下レベルに合わせた形状の食事を用意し、飲み込みやすくする。
- 正しい姿勢で食べる。テレビを見ながらなどの「ながら食事」はやめる。
- 一口の量を少なめにし、しっかり飲みこめる量にする。口の中の食べものがなくなってから次の一口を食べるようにする。
- 急がずゆっくりよく噛んで食べる。

★食後に口の中に食べものが残りやすくなっているのも、嚥下機能が低下しているサインです。毎日の生活の中で嚥下機能の低下を予防していきましょう。



## みどり園居宅介護支援事業所

明けましておめでとうございます。昨年10月事務所を移転し、以前よりお越しいただきやすくなりました。

グループホーム入口すぐ右側が窓口です。お困りごとがございましたら是非ご相談ください。本年もよろしくお願いいたします。

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



Instagram



## 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 メイ トウ ウイン
- ② ミャンマー
- ③ 大阪行ってみたい。エビ天プラを食べてみたい。
- ④ 仕事楽しい。一緒に仕事している人たちが優しい。



- ① イ テツ ミャ キョー
- ② ミャンマー
- ③ スキーしてみたいから新潟に行きたい。
- ④ 私に色々おしえてくださりありがとうございます。



- ① チョー ス ウイン
- ② ミャンマー
- ③ かまくら大仏ってみたい。
- ④ 皆教えてくれてやさしいです。ガンパっていきたいです。

太子福祉会ではたらく  
みどり園 尾上の郷  
介護の仕事 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↓



みどり園の施設の様子や職場環境は↓コチラ↓



人のこころに寄り添える仕事！！