

第34回

そらまめ

～ケアセンター習志野通信～



介護老人保健施設

ケアセンター習志野

〒275-0025 千葉県習志野市秋津3-5-2

TEL.047-453-5111 / FAX.047-453-5181

- 短期入所療養介護
- 通所リハビリテーション
- 居宅介護支援事業所
- 訪問リハビリテーション事業
- 新習志野訪問看護ステーション事業所

併設

今年度の 新入職員紹介!

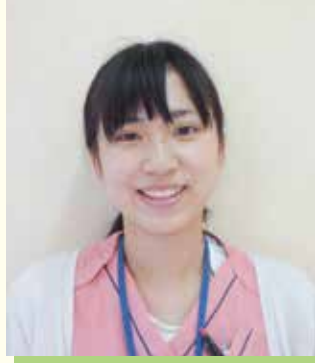
皆様宜しくお願い致します!



中野 千恵美さん



今井 香織さん



和井田 奈々子さん

代表し、
和井田 奈々子さん
よりコメントです。

利用者様ひとり一人の気持ちに寄り添う事を心掛けて業務に取り組みたいと思います。ご指導のほどよろしくお祈いします。

栄養ひとロメモ

トマト

主な栄養素

- ・カロチン
- ・カロチンの一種(リコピン)
- ・ビタミンC、ビタミンE
- ・カリウム

真っ赤なトマトには 栄養がいっぱい

トマトの酸味は胃液の分泌を促進して食欲を増進させ、タンパク質の消化を助けます。カリウムを豊富に含み、体内の余分な塩分を排出して、高血圧予防に効果があります。トマトの赤い色はリコピンという色素ですが、ガンを防ぐ効果があることが分かってきました。夏の野菜として、その甘味や酸味が食欲増進、疲労回復にとっても有効な食材です。

ケアセンター習志野 栄養科

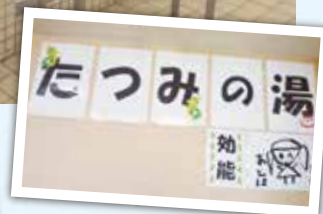


ゆ & 通所浴室 リニューアル 名前が決まりました!!

昨年工事を終え、リニューアルした浴室の名前が決まりました。皆様からの投票を経て選ばれた『たつみの湯』と『なごみの湯』です。たつみの湯は、「立つ身」とし、もう一度身も心も奮い立たせリハビリに取り組む姿勢と辰年の2000年にケアセンター習志野が開設されたことを意味します。なごみの湯は、利用者様にゆっくり和やかに湯につかって頂き、疲れを癒してほしいという意味が込められています。

さらに、二つの湯には身体の清潔・リラックスに加え「えがお」を効能としてあげ、利用者様に「気持ち良かった～」と笑顔になって頂きたいと思っています。これに一躍買っているのが職員のお子さんが描いた笑顔のイラストです。入浴の際、脱衣室の壁をご覧ください。きっと笑みがこぼれます。通所職員一同、これからも皆様に愛されるお風呂になるよう努力してまいります。

たくさんのご応募ありがとうございました。



家族介護教室



平成31年2月23日(土)、ケアセンター習志野にて家族介護教室を開催いたしました。

今回、「認知症サポーター養成講座」というテーマで習志野市認知症キャラバンメイトの椎名淳一(ケアセンター習志野職員)が講師を務め、現在の認知症について講演しました。現在認知症の人は増加の一途をたどり、2025年には700万人を超えと言われています。

認知症サポーター養成講座とは地域の皆さんが認知症を知り、見守っていく環境づくりの一環として日本全国で開催されている「認知症」を知るための講座です。

参加者のご家族のみならず、地域の方々も熱心に認知症の事を理解されようとしていました。グループワークでは認知症を知ろうと自らの経験を話されている方もいました。

家族介護教室では今後も介護されているご家族様に役立つ情報をお伝えしていきたいと思っております。