



鈴木トミさん 作

(発行)

養護老人ホーム 安生園

〒030-0947 青森市大字浜館字間瀬 85-1
TEL 017(741)4301 FAX 017(741)4344
<http://www.jomon.ne.jp/~anjouen/>

ヘルパーステーション あんじょう

TEL 017(765)0381 FAX 017(741)4344

居宅介護支援センター あんじょう

TEL 017(765)0380 FAX 017(741)4344

節分豆まき

1日早いですが2月2日(金)に豆まきを行いました。『辰年』の年男・年女である男性2名、女性1名の3名の方が豆まき、他の方はその豆を一生懸命に拾っていました。残念ながら参加できなかった皆さんを含め、福を願って豆をプレゼントしました。ここ数年はコロナウイルスや震災、戦争等で「鬼(厄)」が目立っているように感じられますが、今年こそは少しでも「福(良いこと)」が多くなるように、また、安生園に関係する皆様にも福が訪れることを願います。

(鷲尾支援員)



年忘れお楽しみ会



令和 5 年 12 月 15 日 (金)、年忘れお楽しみ会が開催されました。79 名の利用者さんが参加され、豪華な料理やケーキを食べ「おいしい!」との声が聞かれていました。

職員の余興では、お嫁サンバの曲に合わせて踊りを披露し、利用者さんからの手拍子も出て大盛況でした。恒例のプレゼントを手にしてステキな笑顔が溢れていました。今年一年の労をねぎらい、思い出話に会話が弾み、楽しいひと時を過ごすことができました。来年も皆さんが元気に参加し楽しく過ごせたらと思います。

(水木支援員)

新春お楽しみ会

1 月 18 日 (木)、「新春お楽しみ会」が行われました。昼食は、新春弁当を召し上がっていただき、余興では当園職員による獅子舞と東京ブギウギを披露しました。獅子舞演舞が始まると、皆さんは無病息災を祈りながら頭を噛んで貰いました。きっと元気に過ごせることでしょう。

余興の東京ブギウギの歌と踊りで皆さん盛り上がり、歓声がたえませんでした。きっと、笑顔が絶えない一年となることでしょう。

(千葉主任支援員)

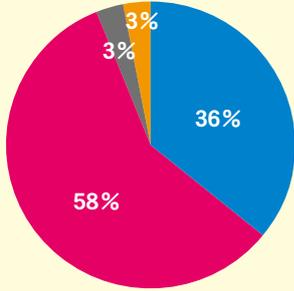


先日調査した満足度調査のアンケートの結果をお知らせいたします。

実施期間 令和5年1月18日～令和6年2月10日

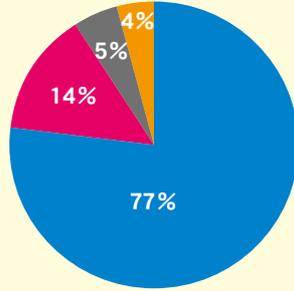
対象者84名

●男性 30名 ●女性 48名
●無回答 3名 ●入院中 3名



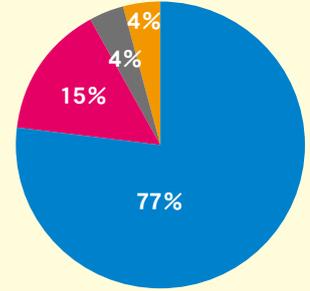
1 安生園の住み心地について満足していますか

●はい 65名 ●いいえ 12名
●無回答 4名 ●入院中 3名



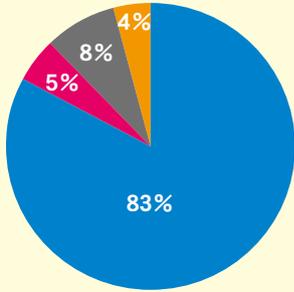
2 安生園で食べている食事について満足していますか

●はい 65名 ●いいえ 13名
●無回答 3名 ●入院中 3名



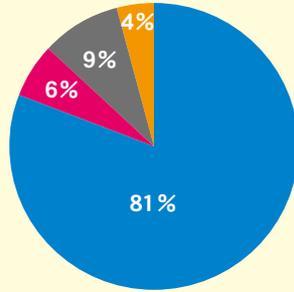
3 行事・クラブ・余暇活動は満足していますか

●はい 70名 ●いいえ 4名
●無回答 7名 ●入院中 3名



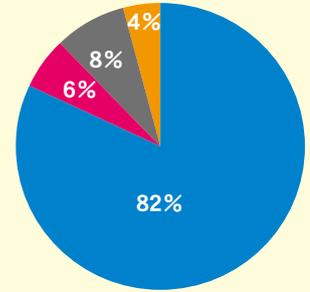
4 職員の対応について満足していますか

●はい 68名 ●いいえ 5名
●無回答 8名 ●入院中 3名



5 園の決まりごと等は分かりやすいですか

●はい 69名 ●いいえ 5名
●無回答 7名 ●入院中 3名



感染症の影響もあり、行動制限や行事・クラブ活動でもご不便やご迷惑をお掛けしております。何かありましたらその都度、職員に相談してください。また、みなさまのお話にこれまで以上に傾聴するように配慮していきます。できるところから速やかに改善していきたく思いますので、どうぞよろしくお願いいたします。

「居宅介護支援センターあんじょう」より

当事業所は、施設の入所者に限らず在宅の高齢者の方やその家族の皆さんの介護に関するさまざまな相談に応じています。必要な介護保険サービスを利用し、在宅で快適な生活を送ることができるよう介護支援専門員がお手伝いしています。

今回は活動紹介として、当法人で毎年開催している研究発表会について紹介します。研究発表会は施設ごとに開催されており、(当事業所は安生園、すこやか苑と合同で開催)様々な視点で研究した内容を発表しています。今年度は当事業所も参加し、自宅で看取られた利用者様の事例についての支援を振り返り、考察した内容を発表しました。研究発表会へ参加することで、日頃の支援を見つめ直し、深く考察する経験をすることができました。介護支援専門員として、これからも一人ひとりに真摯に向き合い、気持ちに寄り添った支援をしていきたいと強く感じました。これからも自己研鑽に努めていきたいと思っております。

(お問い合わせ先)

居宅介護支援センターあんじょう
電話 017-765-0380

「ヘルパーステーションあんじょう」より

今年の冬は雪が少なく、普段であれば道路の脇に人の身長よりも高く雪が積み上げられているのに見通しが良いですね。それだけでも気分が違います。寒い日、温かい日と温度差で体調を崩さないようにしていきたいです。

今回はヘルパーステーション内をご紹介します。現在はヘルパーステーションは管理者・サービス提供責任者を含め10名のヘルパーで構成されています。

机3台と小上りにテーブルのあるアットホームな事業所となっております。一人での通院・お買い物など不安がある方はヘルパーステーションまで、お気軽にご相談下さい。

(お問い合わせ先)

ヘルパーステーションあんじょう
電話 017-765-0381



令和 5 年度 食事嗜好調査集計表

1 実施期間 令和6年1月22日～2月12日
 2 対 象 利用者全員 (85人) * (複数回答、無回答有)
 3 調査方法 自筆 (自筆できない方は職員代筆)

①主食

ごはん	おかゆ
83%	17%

②主食の炊き方

硬い	丁度良い	柔らかい
6%	83%	11%

③好きな主食

①ご飯類	ご飯	おかゆ	炊込ご飯	チャーハン	丼物	カレーライス	赤飯	天井、オムライス、納豆巻
	23%	4%	12%	13%	12%	17%	19%	
②麺類	ラーメン	そうめん	うどん	そば	スパゲティ	やきそば	冷し中華、味噌ラーメン、カレーうどん、和風醤油パスタ、味噌煮込みうどん	
	30%	18%	14%	14%	9%	15%		
③パン	好き	嫌い	アンパン、ジャムパン、メロンパン、全粒粉パン、トースト、レーズンクロワッサン、ロールパン、チョコパン					
	80%	20%	くるみパン、アップルパイ、クリームパン、焼きそばパン、クロワッサン、サンドイッチ、ピーナツバターパン、豆パン					

④おかず・みそ汁の味付けや量

①おかず・みそ汁の味付け	濃い	丁度良い	薄い	②おかずの量	多い	丁度良い	少ない
	5%	80%	15%		5%	88%	6%

⑤麺類の味付けや量

①麺類の味付け	濃い	丁度良い	薄い	②麺類の量	多い	丁度良い	少ない
	5%	75%	20%		10%	84%	6%

⑥食事について

とても満足	満 足	どちらともいえない	あまり満足していない	満足していない
39%	34%	19%	5%	3%

医務室コラム

青森県歯科衛生士会青森県支部衛生士を講師に招き、口腔ケア・ブラッシング指導をテーマに職員研修を開催しました。口腔ケアには、器質的口腔ケアと機能的口腔ケアがあり、高齢者には、機能的口腔ケアが重要であり、ブクブク嗽や頬筋肉マッサージ、舌ストレッチ等で口腔機能の維持に努めることで、唾液の分泌を促進し清潔度アップにつながり、ウイルスなども防ぐことができるそうです。歯磨きをしっかり行い健康維持に努めましょうね! (*~*) (川崎看護師)



フレイル予防
健康レシピ紹介

アサリ

アサリの旬は春と秋です。この時期は身もふっくらして、旨味も増えます。日本人に不足しがちな鉄分やビタミンB₂など貧血対策に役立つ栄養素が豊富ですし、疲労回復効果があると言われるタウリンも豊富です。酒蒸しやお吸い物はもちろん、タンパク質やビタミンCと合わせると吸収率も上がりますのでお勧めです。

『あさり豆腐炒め』

材料 (2人分)

- ・木綿豆腐…1/2丁
- ・あさり水煮缶(身)…20g
- ・しいたけ…2枚
- ・長ネギ…1/2本
- ・ピーマン…1個
- ・しょうゆ…大さじ1
- ・みりん…大さじ1
- ・サラダ油…小さじ1
- ・かつお節…小1パック



作り方

- ①豆腐は1.5cmのさいの目、椎茸・長ネギ・ピーマンは5mmのスライスにします。
- ②フライパンにサラダ油と材料を入れます。3分程炒めます。調味料を加え味を整えます。
- ③かつお節を加えひと煮立ちしたら出上がりです。

(今井栄養士)

日帰り旅行

令和5年11月20日(月)浅虫水族館に行ってきました。ここ数年は感染症の流行があり、日帰り旅行が開催できませんでした。今年度は、生きがい支援プロジェクト(利用者さんのしたいこと)のアンケート結果を参考に計画し、利用者さん9名、職員4名で、久しぶりの遠出でした。帰りに寿司をお持ち帰りし、外食気分を味わっていただきました。

イルカショーを観覧し、利用者さんからは歓声も上がり、気分転換をすることができたと思います。

(中谷支援員)



※当施設の広報紙は個人情報保護法に基づき、ご利用者様から了承を得て写真などを掲載しております。