



まごころ農園の春色グリーンサラダ。畑の菜の花の黄色は春の訪れを感じさせてくれるハッピーカラー。わさび菜、ブロッコリー、ルッコラ、マロウの葉に菜の花を散らしたサラダです。

4 卯月 (うづき)

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
	花ようび					麻雀
9	10	11	12	13	14	15
		音楽療法				
16	17	18	19	20	21	22
	ほっこり民話					麻雀
23	24	25	26	27	28	29
		音楽療法				あさひ民謡
30						

5 皐月 (さつき)

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	花ようび					麻雀
7	8	9	10	11	12	13
		音楽療法				
14	15	16	17	18	19	20
母の日	ほっこり民話					麻雀
21	22	23	24	25	26	27
		音楽療法				
28	29	30	31			
	定期交流会					

6 水無月 (みなづき)

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
						麻雀
4	5	6	7	8	9	10
	花ようび					フリーマーケット
11	12	13	14	15	16	17
		音楽療法				麻雀
18	19	20	21	22	23	24
父の日	ほっこり民話					あさひ民謡
25	26	27	28	29	30	
		音楽療法				

クラブ活動

地域交流イベント

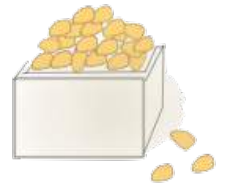
体験教室

ほっこり民話/あさひ民謡

お誕生日ケーキの日

まごころ館の行事食 ～旧暦のある暮らし～

行事食には昔の人が考えた「健康に生きる」ための知恵があるといわれ、家族の幸せや健康を願う意味が込められています。



2月の行事食は節分と雨水の2回行いました。

節分は恵方巻きに因んだ卵の太巻きと入居者様からご要望のあった稲荷寿司を一緒に提供させて頂きました。

まだ肌寒かった雨水の時期にはイワシのつみれ鍋で体の温まるメニューを。おやつにはバナナクレープを提供しご好評を頂きました。

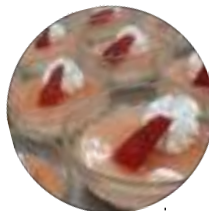


3月は雛祭り、ホワイトデー、春分の日に行事食を提供しました。

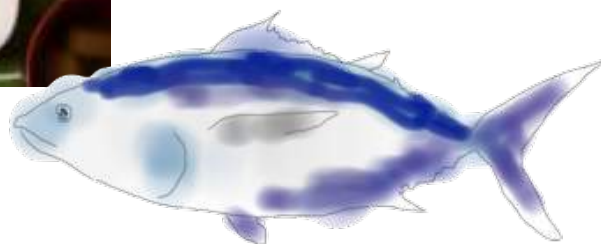
3月1日～3日の間はカフェのお雛様鑑賞と共に甘酒を提供させて頂き、雛祭りはちらし寿司、菜の花の煮浸し、ネギトロを提供しました。

久々の生ものの提供だったため、皆様に喜んで頂けたようでした。

ホワイトデーには初の試みとなるサンドイッチを提供させて頂き、もう少し量があると良かったとの声を聞かれたため、次回に活かしていきたいと思えます。



春分の日には再び生ものの提供をお刺身(マグロ・サーモン)という形で提供させて頂きました。刺身は大好評だったとのことで、生ものを提供できる機会を増やしていけたら、と思います。おやつは桜の水ようかんからも春らしさを感じて頂けたのではないかと思います。次回の行事食もお楽しみに。



和風月名 旧暦の季節や行事に合わせたもので、現在の季節感とは1～2ヶ月ほどのずれがあります。卯月(うづき)・・・卯の花(うつぎの花)が盛りになる月。また、田植えをするから『植月(うづき)』という説もあります。

pick up smile



1月 まごころ神社



3月 桃の節句



2月 節分



看護師 niceなおはなし

森島 真帆

今年度から月4回の歯科往診に加えて、歯科医と歯科衛生士が月2回各ユニットの口腔ケアを行っていきます。

口腔ケアは、口腔内の歯や粘膜、舌などの汚れを取り除く「口腔内の清潔の維持」と口腔機能の維持・回復を目的とした「機能的口腔ケア」から成り立っています。この2つが、うまく組み合わせられることで、口腔ケアの効果がさらに高まります。

入居者は毎食後の歯磨きを行っていますが、高齢者は歯茎の退縮や根元（歯根面）の露出があること、さらにケアに対して拒否されることもあり、日頃の歯磨きだけでは十分なケアができません。また、むし歯を治療しないまま放置したり欠けたりして歯の頭部分がなくなったり、根っこだけの状態（残根）の歯磨きはとても難しく、そこに食べかすが付きやすく細菌増殖の温床となります。高齢者は知らない間に、唾液を誤嚥していることがあり、口の中の細菌が、誤嚥性肺炎を起こすことがあります。歯科医による適切な処置や歯科衛生士の専門的なケアをした上での、毎日の継続的なケアが大変重要なのです。

今年度から個人毎のノートで、日々の口腔ケアと専門的な口腔ケアとの連携を図っています。ご家族がどんな治療を受けているか、口腔ケアで注意している点などを記載していきますので、来館された際に確認してみてください。



機能訓練指導員 たかはしさんぽっ

高橋 理恵



たかはしさんぽっ1周年となりました。多くの方に読んでいただきありがたい限りです。春号の今回は機能訓練に12月から新しく入った理学療法士の加藤幹子（かとうまさこ）さんを紹介と、春が近づいての機能訓練でのひとこま、そして新年度の活動目標をお伝えしたいと思います。

加藤理学療法士は国家資格を取得後、病院・老人保健施設等で働いたのちに、まごころ館四街道に来ました。日常生活を送るうえで大切な食事、排泄、入浴、歩行、余暇活動を快適に過ごせるために、個々にサポートをさせていただきます。火曜・水曜・木曜の週3日出勤しております。よろしくお願ひします。

春に近づき暖かな日が増えてきました。先日2階のご利用者様でまごころ農園の庭でベンチに腰掛けながら足をマッサージしたあと庭の手すりを利用して歩行訓練をさせていただきました。いつも2階のエレベーターホール前で実施していましたが、ご利用者様からは「お日様の下で歩くって気持ちいいね。」と話されました。普段一生懸命平行棒で歩く練習をしている方ですが、歩行状態が安定し屋外でもできるようになり気分転換になっていただけたみたいで何よりでした。新年度の活動は高橋・加藤の2人出勤日の時は、個別訓練の強化を図っていくとともに、入所者・利用者の方々と、集団体操・歌の活動など定期的実施していく予定です。そして花ようびや、音楽療法のクラブ活動等様々な活動を通し、専門的な関わりを行ってきたいと思います。

皐月（さつき）・・・早苗を植える「早苗月（さなえづき）」が略されて「さつき」となり、後に「皐月」の字があてられました。「皐」という字には水田という意味があります。

桜のつぼみも膨らみ始め、四街道にも春を感じられるようになって来ました。

今回は介護保険の介護職員処遇改善加算について皆様にお知らせをかねて掲載します。

本年度より、厚生労働省の決められた新たなキャリアパス要件を満たすと介護職員の給与に月額15,000円～37,000円相当の額の手当てが上乘せされることとなりました。国の予算では、介護報酬改定率は1.14%設けられており、そのうち在宅分：0.72% 施設分：0.42%の割合になります。算定要件や区分について具体的にしますと、キャリアパス要件Ⅲでは、経験資格等に依りて昇給する仕組みなどを設けること、キャリアパスⅡでは、資質向上のための研修の機会を設けること、キャリアパスⅠでは、職位・職責・職務内容などの整備をすることとなります。

まごころ館では、資格に応じて手当、研修の実施、職務内容の整理などの要件を満たしているので申請の手続きができます。これによりご利用されている皆様には多少の負担が発生してしまいますが、国全体としての介護職員の確保と取り組みにご理解いただきたいと思えます。月額利用料に500円～700円前後の負担増となります。お支払いは4月御利用分からになります。ご不明な点がありましたらいつでも生活相談員や事務所請求担当者にお問い合わせください。



「沈丁花の花が咲く頃に、じゃがいもを植える・・・・」身近な花木や草花が作付の目安になります。

夏人参の種まき、里芋の植えつけ、暖かくなり本格的な農耕の季節が始まりました。

キャベツが結球し始め、そろそろモンシロチョウがやってくる頃です。5月には夏野菜が定植され、次々に畑もにぎわってきます。

見て楽しい、食べて美味しいまごころ農園を目指し、今年度はご家族の方にも旬の野菜を味わっていただけるようイベントを予定しております。



じゃがいも植付けの様子

「心耳」（しんじ）の”まごころ”

「心耳」とは、心を澄まして聞えないものを聞きとるという美しい言葉です。

私たちの”まごころをかたちにしよう”の基本は、この”心耳”にあると思います。

漢字を素材にした詩人の吉野弘さんの短歌に「心に耳を押し当てよ、聞くに堪えないことばかり」とありますが、ときには聞きたくないことも聞えてしまうかもしれません。

そして「心」と「耳」を横に並べて一つにしてみると「恥」（はじ）に変貌してしまいます。

土と炎の陶芸家、河井寛二郎さんは「眼聴耳視」、眼で聞き耳で視ると書き「手読足解」、手で読み足で解くと書いていますが、「心耳」にこころかよう言葉に思えます。

私たちの先人が、降る雨に心を澄まして聞きとりその雨に1200以上の名前を付けました。秋雨、時雨、雨花、霧雨、梅雨、喜雨、狐雨、穀雨など雨に想いを込めたように”まごころ”にもたくさんの真心があるはずで

定期交流会のお知らせ

生活相談員 原井 里枝

5月28日（日）13:30～14:30

1階まごころカフェにて開催を予定しております。

春の陽ざしが心地良く庭先を見ると新芽や色とりどりのお花を目にし心もなごみ土いじりも楽しくなってきます。まだ肌寒い日もあり衣服の調整が難しい時もありますが、ご利用者様の季節にあった衣替えのご協力をお願いいたします。その際はお手数をおかけいたしますが衣類等の記名のご協力をお願いいたします。

パート・有償ボランティア 大募集

応募資格	16～70歳位までの元気な方 (短時間・有償ボランティア・無資格者大歓迎!)
業務内容	入居者様の介護・食事の準備や片づけ・清掃見守り・無農薬農園の草むしり等 (応相談)
勤務地	特別養護老人ホームまごころ館四街道 (国道51号沿い)
時間	6:30～18:30の間で応相談(週1、2h～可!)
給与	時給900円～ (資格のない方・有償ボランティアの方850円～)
待遇	交通費支給・制服貸与・日曜日時給50円UP

応募先

TEL 043-312-5556 (佐々木) 受付時間 9:00～17:00

水無月（みなづき）・・・旧暦の6月は梅雨明け後で夏の盛りであることから、水が涸れて無くなる月であるという説と、田んぼに水を張るので「水月（みなづき）」が変化したともいわれています。