

長生園だより

2020.9
第44号

しのはら けんた
理学療法士 篠原 謙太

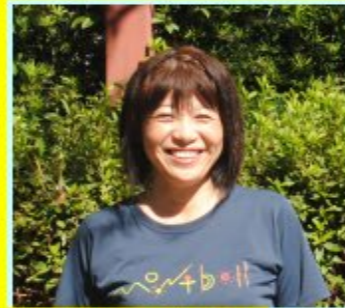


利用者様が明るく元気に過ごせるように一生懸命がんばります。



新入職員紹介

あらお かずえ
介護職 荒尾 和江



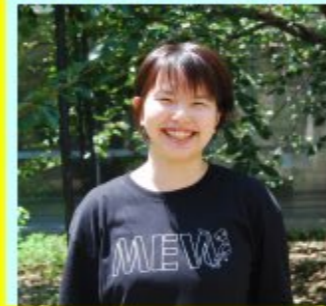
利用者様が明るく元気に生活を送って頂ける様、サポートさせて頂きたいと思います。

いしかわ よしゆき
理学療法士 石川 剛之



利用者様、ご家族様が長生園に理学療法士がいて良かったと思って頂ける様、しっかりと頑張ってます。

たなか れな
介護職 田中 玲菜



利用者様が笑顔でお暮らし出来る場所作りを目指し、がんばります。

あおき ひろたか
介護職 育木 博孝



利用者様が笑顔で安心して過ごして頂ける様なケアを提供できるように頑張ります。

みやざき みき
看護師 宮崎 美紀



利用者様の方々に笑顔で接し笑いが耐えない園にしたいです。

やまね みわこ
言語聴覚士 山根 美和子



笑顔を絶やさず、明るく元気に接する事を心がけ利用者様を笑顔にしていきたいです。

編集後記



暑い夏いかがお過ごしでしたか？熱中症にはくれぐれもご注意をされた事でしょうが、基本は水分補給・睡眠・バランスの良い食事ですね。ついつい冷たい物の取り過ぎが秋バテの原因にも、体内を冷やし過ぎないように上手に残暑を乗り切って行きましょう。

発行：広報委員会

福岡県久留米市三潁町早津崎407番地
メールアドレス:nagaiki@k-tyouseien.com

ホームページアドレス：<http://www.k-tyouseien.com>

TEL (0942) 64-2458 (代表)
FAX (0942) 64-4791



特別養護老人ホーム長生園

七夕手作りおやつ会

いきなり団子どれにしようかな？

- ・養護老人ホーム長生園
- ・特別養護老人ホーム長生園
- ・長生園ショートステイサービス
- ・長生園デイサービス
- ・ケアハウスあざれあ苑
- ・長生園ホームヘルプサービス
- ・長生園居宅介護支援事業所



下肢筋力向上

新聞紙をパタパタ 座ったままおうちで出来る体操の紹介です。
足の指や裏を使って、丸めた新聞紙を開いてから畳みます。

1 新聞紙を足で広げる

裸足になって椅子に座る。丸めた新聞紙を足元に置き、両足を使って新聞紙を広げる。



2 しわを伸ばす

両足の裏を使って、広げた新聞紙のしわを伸ばす。



3 半分に畳む

広げた新聞紙を、足の指を使って半分に折り畳む



4 さらに半分畳む

しっかり折り目をつけて、さらに半分に折り畳む。



片足で押さえながら半分に畳みます。



畳んだ上から両足を使ってしっかり折り目をつけます。



同じ要領でもう一度畳みます。



記述のポイント

片麻痺の方にはゆるく丸めて介護者が手伝ってあげましょう。



言語聴覚士

どんなお仕事？

伝えたいのに上手く話せない。音や声が聞こえない。食べるとムせてしまう等の問題を抱えている利用者様が自分らしく生活出来る様支援する仕事です

特養 機能訓練指導員のお仕事

特別養護老人ホーム長生園には、2人機能訓練指導員がおります。



聴診器を使って嚥下状態確認



関節可動域訓練 (関節マッサージ)



施設内廊下での歩行訓練



言語聴覚士によるカラオケクラブ
皆さん大きくお口を開けて歌って下さ〜い
(現在は感染症予防の為、一時中止中です)

首のストレッチ

首の筋内の緊張を緩めて誤嚥を防ぐ



首を右へゆっくり倒す 10秒経ったら左へ倒す
首を前へゆっくり倒す 10秒経ったら後ろへ倒す
首を右からゆっくり回す 同様に回す

どんなお仕事？
利用者様の床ずれを予防したり、運動や体操を行い、体が弱らないようにするお仕事です



理学療法士

秋バテ予防 らくらくクッキング

食欲が落ちがちな暑い時季でも、スタミナのつく焼肉やごはんを野菜と一緒にさっぱりたべられる佐賀県の名物料理 ※シシリアンライス※
肉は市販の焼肉のタレで味付けすれば、料理するのもさらに手軽。
子どももお手伝いがしやすい、休日にとびつかりのメニューです。



野菜は冷蔵庫にあるもので、肉は牛肉ではなく豚肉を使ってもかまいません。お好みでわが家流に仕上げましょう。

【材料】2人分

- ・パプリカ 1/6個
- ・紫たまねぎ 1個
- ・(または、たまねぎ) 1/6個
- ・ミニトマト 10個
- ・レタス 適量
- ・マヨネーズ 大さじ1
- ・牛乳 小さじ1
- ・牛こま切れ肉 200g
- ・醤油 大さじ2
- ・酒 大さじ2
- ・砂糖 小さじ1
- ・ごま油 小さじ1
- ・しょうが(みじん切り) 大さじ1
- ・にんにく(みじん切り) 小さじ1
- ・サラダ油 大さじ1
- ・ごはん 適量

【手順】

- 1 パプリカ・紫たまねぎは縦に細く、トマトは食べやすい大きさに切る。紫たまねぎは水にさらしてザルにあげ、水気を切る。レタスはひと口大にちぎる。マヨネーズと牛乳を混ぜてソースを作る。
- 2 牛肉にAを合わせたタレを揉み込み、下味をつける。温めたフライパンにサラダ油を入れて熱し、牛肉をつけダレごと入れて弱〜中火で焼く。
- 3 お皿にごはんを平たく盛り、野菜・牛肉をのせてソースをかける。

長生園デイサービス夏祭り



けっこう難しいお魚釣り



感染予防でマスクはとっても暑いですが、元気元気!!



スマートボールは引っ張る力が必要なので疲れますね



射撃 よ〜く狙いをさだめて〜



豆食はめ盛りメニュー