

ナーシングだより

ナーシングプラザ流山 広報誌

第33号

- ◆新入職員のご紹介
- ◆デイケア通信
- ◆2階フロアだより
- ◆3階フロアだより
- ◆4階フロアだより

- ◆トピックス
全老健大会発表・AMG バレーボール大会
- ◆リハビリ科NEWS
- ◆総務課通信
- ◆栄養科からのお知らせ



今年もナーシングの桜が咲きました！

ナーシングの周りには、自然がたくさん！



冬には、くっきり富士山



坂川に訪れたカモたち

新入職員のご紹介(令和5年7月～令和6年3月入職)

新しく仲間が10名増えました♡

総務課
送迎ドライバー

原 淳宏

安全運転に努めます
宜しくお願いします



介護福祉士
2F

諸橋 友貴

1日でも早く業務を覚えられるように
頑張りたいと思いますのでどうぞ
よろしくお願い致します



介護士
2F

豊田 万紀子

介護の仕事は初めてですが、1日でも早く
皆さまに貢献できるよう 仕事を覚えて
いきたいと思っておりますので、どうぞ
よろしくお願いいたします



介護福祉士
4F

中山 雄貴

よろしくお願い致します



総務課
送迎ドライバー

東 巨剛

がんばります



介護士
3F

佐藤 聡子

介護職歴ほぼ0(ゼロ)ですが、やる気はあり
ます。やる気がカラ回りしてご迷惑をおかけ
する事もあるかもしれませんが皆様どうぞ
宜しくお願いします



介護士
通所

大岩 俊徳

よろしくおねがいします
分からない事があると思いますが
せいっぱいがんばります



介護福祉士
4F

吉田 和裕

介護老人保健施設では初めて働くので
不慣れな点多いと思いますが、一日でも
早く皆様のお力になれる様に頑張りたいと
思いますのでよろしくお願い致します



介護福祉士
3F

横川 江梨子

介護のお仕事をするのは6年ぶりです まだまだ
慣れない事も多く、職員の方々の指導を頂き
働ける様に頑張ります ご迷惑をおかけして
しまうかと思いますがよろしくお願い致します
笑顔が取り柄です(笑)🍷 趣味はライブへ
行くこと すもうかんせんです



介護補助者
2F

クエン・テイ・フエン・チャン

経験が浅いので、ご迷惑をおかけす
ることが多いと思いますが、一生懸命
頑張りますのでよろしくお願い致します



デイケア通信



新年会

ボランティア
お手製の獅子舞



園芸

パンジーを
植えました



桜を背景に…

ナーシングの桜
きれいに咲きました



✿ブローチ作り✿

お好きな色を選び
お花のブローチを作りました

☆観て・触って・作って・食べて☆
沢山のイベント等へご参加頂きました。
ご参加頂いた日の皆さんは☆笑顔☆で
お帰り頂き、職員一同も嬉しく思います。
今年度もそんな笑顔が見たくて…
様々なイベントをご用意しています！！



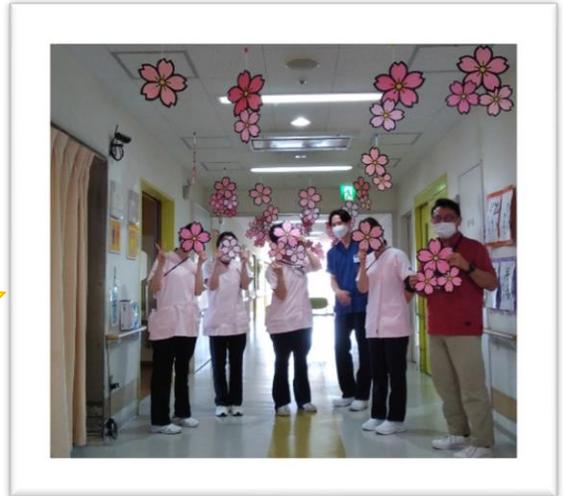
2F フロアだより



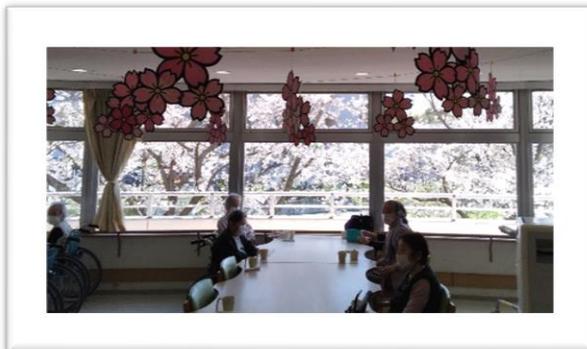
今年は例年よりも桜の開花が遅れていましたが、3月中旬頃に2階の装飾でフロア全体桜満開になりました！！



桜の枚数総枚数 1400 枚！！
これは介護職員とご利用者とでレクや余暇活動の合間に一緒に作り上げた作品です。
桜1枚を表と裏に貼り合わせて作っているのでそれくらいの枚数になったそうです。
2年前に作成したのですがはれて久々のお披露目となりました！
今後は季節にあわせて作成予定です！どんなものが飾られるかお楽しみに！！



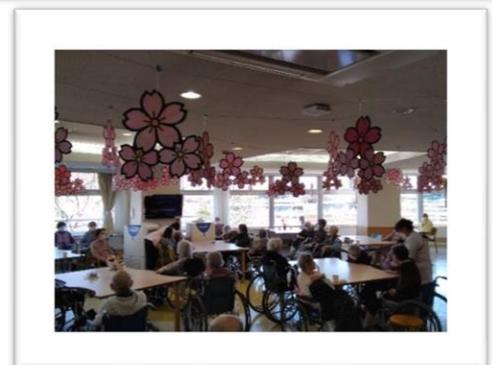
飾った後の職員も達成感があり、ご利用者からの喜びの声を聞いてよりうれしく思いました！



2階からの見える桜は、1階から見る桜よりもより近く感じて絶好のお花見スポットでした！天気の良い日には少人数ずつ外気浴も行いました！桜だけでなく季節の花々も近くでみる事ができてよかったです。



桜の形のねりきりもできましたよ！おやつの際に桜を見ながら食べました！



3階 フロアだより

予定日より少し遅めのお花見をしました。3階からも満開の桜がきれいに見えましたが、普段なかなか外に出られないので、出られる方だけでも1階の庭に出てお花見しました！ご利用者の笑顔がとてもキラキラしていて一緒に見ていた私たち職員もとても嬉しくなりました。



4階 フロアだより

🌸お花見🌸

4Fのフロアも桜満開です。桜の下でおやつTIME！
お話しにも花が咲きました。



👩母の日👩

5月12日は母の日です
ご家族にもご協力頂きメッセージを頂きました。
女性はお化粧してもらい嬉しそうでした。



第34回全国介護老人保健施設大会 宮城に

参加しました！！

この度、第34回全国介護老人保健施設大会宮城に参加させて頂きました。今回の大会参加で2回目の経験となりますが会場の雰囲気や発表時の緊迫に未だ慣れる事が出来ず焦りと緊張の連続でした。

資料作成等大変ではありましたが看護部長をはじめ他職種の職員からご指導、ご協力を頂き無事発表を終える事ができました。このような学ぶ機会を頂けたことに大変感謝しております。有難うございました！！
(安全対策委員会:村上潤次・檜原純一)



AMG バレーボール大会



バレーボール大会に参加してきました
去年より約半年週1回練習を続けてきました
バレーボール大会の選手は介護、看護、リハビリから選出されました
今年は8人中6人経験者
練習は運動部の方も参加してくれました



第一試合 VS三郷ケアセンター

前半は緊張したのか？ラリーが続かずドキドキしましたがみんなの動きが良くなり
20対11で勝利しました



第二試合 VS 上尾中央第二

レベルの違う対戦相手でした！！粘りましたが20対12で負けてしまいました



応援ありがとうございました♡

リハビリ科
NEWS

元気に夏を乗り切ろう！
～有酸素運動で夏バテ予防対策～

これからの時期、梅雨が終わり本格的な夏がやってきます。免疫力の低下した高齢者の方は特に夏バテになりやすいです。そのため、今回は元気に夏を乗り切れるよう、夏バテ対策についてご紹介いたします！

夏バテとは…

夏の暑さで、体力を消耗した結果起こる、からだの不調のこと。

気温が高くなると、身体は適応しようとしていますが、それがうまくいかないとからだの不調を感じます。



原因は？

- ① 水分不足
- ② 食事の偏りによる栄養不足
- ③ 室内外の気温差
- ④ 睡眠不足

自律神経が乱れる

夏バテ

有酸素運動
で自律神経を整えよう！





有酸素運動をご紹介します！

②立ち上がり運動
(家の中でもできる！)
目安:10回×5~10セット



③踏み台昇降
(家の中でもできる！)
目安:左右10回×5~10セット



①散歩

注意点:なるべく日陰を歩くように。
帽子・水分を忘れずに！



暑い時期に運動する事は発汗量も増えるし、疲労感がますのでは？と思う方も多くいますがその逆です。適度な運動で汗をかくことで自律神経が活発になり、汗腺の動きも正常になると言われています。その為、気温の変化にも対応できる夏バテに強い体になります。また、運動によってエネルギーを使う事で、食欲促進や睡眠の質のアップも期待できます！！

⚠️しかし⚠️

急な運動はひどい筋肉痛や怪我に繋がる恐れがあるので身近にできる運動から無理をしないで行いましょう。



優良職員表彰者



20年表彰



佐藤 辰彦

これまでどの仕事も長く続けられなかったのに20年も勤めるとは…自分が一番驚いています。この20年色々な事がありました。上司や同僚・そしていつも元気をもらえる利用者様たちのおかげで楽しく働く事ができました。これからも初心と平常心を忘れず、楽しく頑張っていきたいと思っています。



草間 順子

20年という月日を考えてみると、利用者様やスタッフの仲間たちとの出会いと別れの日々があり、その中で様々なことを勉強させていただいた20年だったかなと思います。これからも、楽しくをモットーに精進してまいりますので、よろしくお祈りします。

20年表彰のお二人は大宮ソニックシティにて表彰されました！！



昆 千恵

このたびは、10年表彰をいただき、とても嬉しく思います。これからも初心を忘れずに精一杯努力して仕事に励んでまいりたいと思います。今後ともどうぞよろしくお願いいたします。有難うございました。



栗山 絵利

10年表彰を受賞させて頂き有り難うございます。これからも色々な事があると思いますが、一生懸命頑張っていきますので宜しくお願い致します。本当に有り難うございました。



橋本 恭平

市の職業訓練を半年間受け初任者研修を取得し、ナーシングプラザ流山へ就職してから早十年目となりました。介護の基礎知識や介護福祉士の資格も現場で学び取得させて頂きました。昨年度はオムツマイスタープロ実践編という機会を頂き大王製紙と他施設合同での研究に参加しマニュアル作成やオムツ対応の困難事例に対する取り組みを行い様々な事を学ばせて頂きました。十年目という節目を迎えましたが、これからも気持ちを新たに資格取得や新たな取り組みを行い誠心誠意、業務に励んで参ります。



10年表彰



BANZAI



古井 貴子

介護福祉士の試験に合格することができホッとしています。勤務の調整や激励のお言葉など周囲の方々のサポートが大きな力となりました。ありがとうございます。試験を通じ学んだ事を活かすと共に更なる高みを目指し自己研鑽に励んで参ります。

介護福祉士合格



桜井 加代子

業務と試験勉強に追われ、忙しい日々が続きましたが、無事に合格できて嬉しい気持ちと安堵する気持ちでいっぱいです。これからも初心を忘れず、この経験と学びを業務に活かせるよう務めてまいります。



栄養科からのお知らせ

【新たな取り組みを始めます】

○退所時栄養情報連携加算

令和六年度介護報酬改定により、新たに導入されました。

塩分制限やカロリーコントロール等、食事療法を行っている方や、低栄養状態の方が施設から退所される際に、かかりつけ医や退所先にお食事に関する情報を提供することで、切れ目ない栄養管理を受けられるようになります。

提供される情報は、現在の体重やアレルギー等の情報、施設でのお食事の様子等になります。

○シン・食事サービスの導入

六月一日より、当施設のお食事を作っている給食会社から新たな食事サービス、その名も「シン・食事サービス」が提供されることになりました。「シン・食事サービス」では、時間栄養学という【いつ、何を、どう食べるか】に注目した栄養学の考えを取り入れたメニュー作りをしています。

また、これまでのお食事は、施設の厨房で調理師が調理し、嚥下調整食の加工や盛り付けを行っていましたが、「シン・食事サービス」では、調理済みの食品を厨房内で盛り付けてから加熱を行います。これにより、調理担当者が変わることに伴う味付けや嚥下調整食の出来上がりなどのばらつきを解消することができます。また、従来のお食事は加熱後に盛り付けをするため、加熱後に食中毒等の衛生面のリスクがありました。盛り付けてから加熱をすることで、衛生面にも配慮されたお食事を提供することができます。

シン・食事サービス メニュー例

御飯
鮭の塩焼き
ヨーグルト
豚汁



ヨーグルト

主食



ヨーグルト

主食



御飯
厚焼き玉子
ヨーグルト
豚汁

| 時間栄養学とは | | |
|--|--|---|
| いつ・何を・どう食べるかに注目した栄養学 | | |
| 朝のたんぱく質 ・1日のリズムを整える ・筋肉量の維持 ・体温アップ | 朝の食物繊維 ・1日を通して血糖値をコントロール ・腸玉腸内細菌を増加 ・筋肉と骨密度低下を防止 | 朝のさかな ・1日のリズムを整える ・脂質異常症の改善効果 ・認知症の予防効果 |

● 交通案内図

■ お車

常磐自動車道

流山インターより
20分

■ タクシー

JR武蔵野線

南流山駅より 7分

JR千代田線

北小金駅より 5分

■ バス

東武バス 柏 06 系統

- JR柏駅西口 ⇔ 免許センター
「免許センター」下車 徒歩 4分
- JR柏駅西口 ⇔ 流山駅東口
(流山セントラルパーク駅経由)
「富士見橋」下車 徒歩 7分

東武バス 柏 07 系統

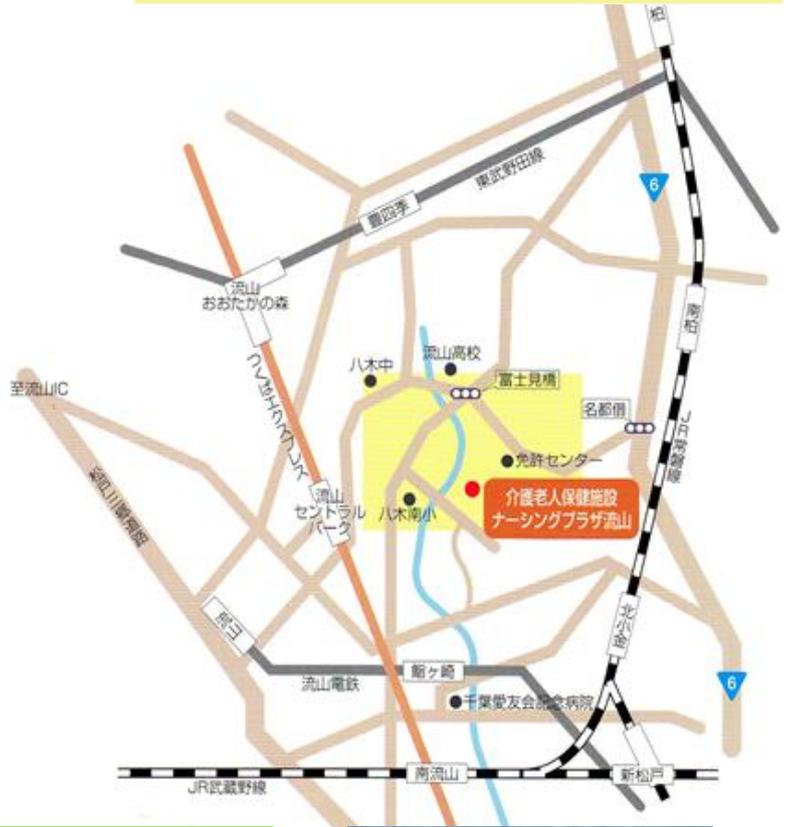
- JR南柏駅西口 ⇔ 流山駅東口
(流山セントラルパーク駅経由)
「免許センター入口」下車 徒歩 5分

東武バス 西柏 08 系統

- JR南柏駅西口 ⇔ 免許センター
「免許センター」下車 徒歩 4分
- JR南柏駅西口
(免許センター経由) ⇔ JR南流山駅
「免許センター」下車 徒歩 4分
- JR南流山駅 ⇔ 免許センター南
「免許センター南」下車 徒歩 5分

千葉県福祉サービス
第三者評価 受審施設

● 近隣案内図



施設理念

利用者の人間としての尊厳を守りつつ、良質なリハビリテーション・看護・介護サービスを提供し、精神身体機能及びQOLの維持向上を図り、在宅復帰に向けて支援する。

運営方針

1. 地域の要介護高齢者の自立支援、家庭復帰を目指す援護業務の遂行に邁進するとともに、他の関係機関との連携に努め、家庭復帰後の生活も支援します。
2. 利用者の尊厳を守り、良質な医療・看護・介護・リハビリテーションを、計画に基づき提供するよう努力します。
3. 利用者・家族の方々とともに、施設が明るく家庭的雰囲気を持った生活の場となるよう心がけます。
4. 地域に開かれた施設となり、地域のボランティアの方々との積極的参加が得られるよう努力します。

ナーシング前の 坂川にて



ナーシングプラザ流山 広報

発行 医療法人 社団愛友会 介護老人保健施設 ナーシングプラザ流山

制作・監修/齋藤 嘉紀 制作/浜坂 麻衣・松倉 美樹・豊田 万紀子・佐藤 聡子

古谷 奈緒美・桜井 加代子・山田 有紀・小林 さくら・藤原 星・山浦 愛実

〒270-0144 千葉県流山市前ヶ崎 248-1 TEL 04(7145)0111 FAX 04(7145)0109



上尾中央医科グループ