



CONTENTS 今月の 主な内容

みのり苑リハビリ室 P.2

みのり苑からのお知らせ

みのり苑通所コーナー P.3

みのり苑行事予定

みのり苑入所コーナー P.4

福祉の里 利用者様満足度調査 P.5

ケアハウスボナール十和田

十和田デイサービスセンター P.6



面会制限のお知らせ

現在、日本において新型コロナウイルス感染症のまん延を防ぐために緊急事態宣言が発令されております。当法人においても感染症予防の為、入所者様が重篤な場合を除き**面会を中止**させていただいております。

ご不便をおかけしますがご理解とご協力のほど、よろしくお願いいたします。

施設管理業務等でご来苑される方々につきましては、施設内窓口でお声をかけていただきマスク着用にて入館していただいております。施設内窓口で体温測定をし、37.5℃以上あった場合には入館をお断りさせていただいております。

ご不明な点がございましたら、下記対応窓口までご連絡ください。

—対応窓口—

老人保健施設みのり苑
電話 0176-25-1100

ケアハウスボナール十和田
電話 0176-22-2211



福祉の里 施設連絡先

■老人保健施設 みのり苑 TEL 0176-25-1100
■ケアハウス ボナール十和田 TEL 0176-22-2211
■福祉の里 アネックス元町 TEL 0176-21-1888

みのり苑デイケア専用回線

TEL 0176-25-7000

検索は「福祉の里 十和田」で!

www.fukushinosato.com
www.福祉の里.jp



みのり苑 リハビリ室

自宅でできる運動

新型コロナウイルス感染予防のための外出自粛で体を動かす機会が減っていませんか。

みのり苑通所リハビリのご利用者様には、リハビリマシンを使用出来ない等のご不便をお掛けしております。今回、多くの皆様に特にご使用頂いている3つのリハビリマシンで得られる運動効果とともに、代替えの運動をご紹介します。ご利用者様もご家族様も一緒に体を動かして、この期間を乗り越えていきましょう。



①

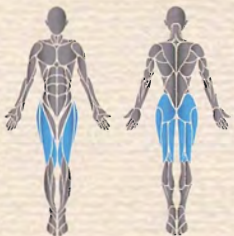


②



③

今回は①のリハビリマシンの代替運動のご紹介です。

筋群	エクササイズ		効果、目的
 大腿四頭筋 (太もも前側の筋肉) 殿筋 (お尻の筋肉)	 速度を抑えてゆっくり立ち座りを繰り返します。きつい時には膝に手を当てて行なっても構いません。(10～30回)	 足を肩幅に広げ、膝とつま先が真すぐ前を向いた状態でスクワットを行います。椅子やテーブルなど支えにして行うとより安全です。(10～30回)	起立、着席動作の改善、 足・膝・股関節周囲の安定性向上に。

次号は、②のリハビリマシンの代替運動をご紹介します。

運動を行ううえでの注意点

良い事づくしの運動ですが、やればやるほど良いわけではありません。

次のような点に注意して行いましょう

- ・次の日まで疲労が残るようだと、やり過ぎです。
- ・運動をしている最中に痛みが出るのも、よくありません。スクワットで膝に痛みが出る場合には、膝を曲げる角度を浅くしてみましょう。
- ・工夫しても痛みが出る場合は、行わないでください。

みのり苑からのお知らせ

寄付のご紹介

4月24日(金) 青森ヤクルト販売株式会社十和田センター様より「医療・介護従事者の皆様、頑張ってください」ということでいただきました。ありがとうございました。



レクリエーション 紹介



デイケアでは、日課の中で午後にレクリエーションの時間を設けています。

今回紹介する活動は「生活総合機能改善機器FREEDAM」と呼ばれる機器を使用し行う「体操プログラム」と呼ばれるものです。

画面に映し出される映像と昔懐かしい音楽に合わせ、楽しみながら身体を動かしていただきます。曲に合わせて職員の掛け声も加わり、力強く身体を動かされる姿やマイクを持ち歌われる姿など様々見受けられています。レクリエーションを行う際は、感染症への配慮として利用者間の距離をとり実施するようにしています。

5月誕生者

お誕生日おめでとうございます。

岩大	木坂	チみ	エ多	様	岩	城	久	様	蛇	名	キ	ヨ	様
小	吉	み	男	様	小	笠	知	様	小	川	君	枝	様
田	藤	兼	子	様	笠	原	男	様	佐	木	信	義	様
畑	口	則	ヨ	様	高	谷	清	様	高	屋	ま	あ	様
東	山	キ	郎	様	中	山	司	様	宮	内	つ	治	様
保	沢	金	次	様	野	渡	代	様	林	沢	國	夫	様
土	米	次	郎	様	深	澤	己	様	福	岸	春	治	様
米	登	登	様	様	松	村	四	様	山		賢	マ	様

新型コロナウイルス 感染症対応



デイケアでは感染症対策として送迎時、利用者様が乗車する前に体調確認の他、検温や手指消毒を行っています。また、苑に到着後は玄関にて手の消毒も実施しています。

昼食前も同様に手の消毒と昼食後など定期的な換気の時間を設けています。職員も手の消毒をして衛生管理に努め、利用者様が安心して利用できるようにしています。

誕生者紹介



小川 君枝様

みのり苑にきて20年以上になるけど、とにかく温泉が一番体に効くからとても良い！みんなと話せば、たまげた元気になるよ！



米沼 アサ様

みのり苑にきて皆と話すのがとても楽しいです！皆さんとても優しく、通うのがとても楽しみです！これからも元気にみのり苑に通いたいです！

みのり苑 行事予定

通所リハビリテーション

5月23日(土)

縁日屋台 ～みのり横丁～

毎月恒例の縁日屋台「みのり横丁」。今月の屋台は「バラ焼き」「ミルクレープ」「ストラックアウト」です。皆様奮ってご参加下さい！

・施設内で行う活動の充実を図るため皆様からのご要望等あれば職員までお声掛けください。

入所

5月31日(日) 2階東・南合同行事

1人ずつポットに種をまきます。今年も中庭で枝豆を育てたいと思います！

6月3日(金) 1階・新館合同行事

「誕生日会～抹茶どら焼き作り～」

6月生まれの誕生者をお祝いしてから、抹茶味のどら焼きを作って食べます♪

6月12日(日) 2階東行事 「バナナパフェ作り」

美容や健康にいいバナナを使ってパフェを作ります。バナナを食べて今月も元気に過ごしましょう。

6月22日(月) 新館・1階合同行事 「～ずんだ団子作り～」

6月28日(日) 2階南行事

「空カラ大会！～空手とカラオケを楽しもう～」

みのり苑 入所コーナー



入所全体 新型コロナウイルスへの配慮



入所では、3密（密閉、密集、密接）を極力避けるために、以下のように取り組んでいます。
【密閉】 日中決まった時間に換気を行っています。「寒いけど、空気の入れ替えも気持ちいいね」と、皆さま協力してくれています。
【密集】 みんなで集まって行う風船バレーやカラオケ等の集団レクリエーションは控え、ペーパークイリングや貼り絵等の制作活動を行っています。
【密接】 毎日日課で行う体操については、今までよりも利用者同士の距離をとり、身体を動かしています。
 3密の条件が重なるため、今年は花見ドライブを中止としました。年に一度しか見る事のできない桜、なんとか利用者に見せたいと思い、苑の敷地内にある桜の枝を施設内に飾ることにしました。

1階・新館 ひょうたんの押絵作り

2F 南棟「誕生会・白寿お祝い」



無病息災にちなみ、ふっくらした六つのひょうたんの押絵作りをしました。思い出話をしながら昔ながらの縁起物をみんなの手で作りました。重苦しいご時世を乗り越えましょうと誓いました。



3月生まれの利用者様の誕生会と、里村いさ様の白寿のお祝いを行いました。皆さんでお祝いすると「ありがとうございます。」と笑顔やうれし涙がみられました。美味しいおやつも食べて大変満足されている様子でした。

2階東「カラフルカップケーキ作り」



4月に入り春になったという事で、春らしくピンク色と緑色の蒸しパンを使って「カラフルカップケーキ作り」を行いました。「美味しいね。」「甘くてうまい。」など皆様、笑顔で食べられていました！

5月誕生者

泉 なみ 様
藤 村 み つ 様

橋 本 徳 子 様
相 内 一 二 様

中野渡 綾 子 様 洞 内 ヒ デ 様

♥お誕生日おめでとうございます。♥

令和元年度 福祉の里 利用者様満足度調査より

福祉の里では、今年も利用者の皆様、ご家族様を対象に満足度調査を実施致しました。ご協力を頂いた皆様に感謝申し上げます。

皆さまからのご要望に対しての回答を広報誌やホームページに順次掲載していきます。今回は、2件のご意見・ご要望に回答いたします。

ご意見・ご要望

通所リハビリテーション
老人保健施設みのり苑

大変忙しい中、大小さまざまな行事を持って下さることに感謝いたします。
皆さん（私たち）のお話の中で「よかった」という言葉を聞きます。

人の座った便座の後は小便や大便がついたりして汚い。

回答いたします

ご利用頂きありがとうございます。
感染症予防の為、外出行事を中止せざるを得ない状況ではありますが、様々な工夫をしながら、今後も「よかった」と仰って頂けるようなサービス提供に努めて参ります。

ご要望等がございましたら、お気軽に職員までお声掛け頂きますようお願いいたします。

【老人保健施設みのり苑 通所看護・介護室】

不快な思いをさせてしまい大変申し訳ありません。
綺麗なトイレを使用して頂けるよう、トイレ環境を確認する頻度を増やすことにいたしました。

汚れている際には、職員にお声掛け頂きますようお願いいたします。

【老人保健施設みのり苑 通所看護・介護室】

ケアハウス ボナール十和田

5月誕生者

妻 神 五 郎 様

白 川 末 人 様

お誕生日

♥おめでとうございます。♥

《ケアハウスの新型コロナウイルス感染症対策》

ケアハウスでは、感染症対策として毎朝の体温測定・マスクの着用・手洗い・手指消毒・館内の消毒や換気・外出や面会の制限等を実施しています。外出が難しい状況ですが施設内や中庭等を活用したレクリエーションや趣味活動などを行い、入居者様に楽しさを提供していきたいと考えています。



☆朝のラジオ体操も「3密」を意識して！

ケアハウスでは、平日の朝9:00に交流ホールにおいて、ラジオ体操第一と第二を音楽に合わせて行っています。「ラジオ体操の歌」が全館に流れると、入居者様がホールに集まってきましたが、参加される入居者様の距離を十分とって頂いて行っています。



☆施設周辺の散歩で気分転換！

気軽に外出することが困難な状況となったことを受けて、お天気の良い日は、施設周辺を散歩される姿が見られるようになりました。この日は曇り空でしたが「外に出ると気分転換になります」と入居者様のさわやかな声が聞かれました。

5・6月の
行事

※下記の「買物外出」については、中止とさせて頂く可能性があります。

5月 15日 ユニバース十和田東店買物外出

23日 介護予防体操

29日 ふれあいクッキング

30日 カケモ・ハッピードレッシング買物外出

6月 1日 市内外出支援

3日 介護予防教室

5日 アサヒスーパードラッグ買物外出

11日 ユニバース十和田東店買物外出

十和田デイサービスセンター



「日常の様子」



当事業所での取り組みを紹介します。天気の良い日は玄関前の歩道を散歩したり、趣味活動では季節に合わせた作品作り、転倒予防体操など行っています。また、月1回、誕生者の方には誕生日御膳を提供し喜ばれております。

最近では感染症対策のため玄関に入ったら職員の介助にて手の消毒も必ず行うようにしています。これからも換気を積極的に行い、感染予防につとめ皆様が元気で過ごせるようにしていきたいと思っております。

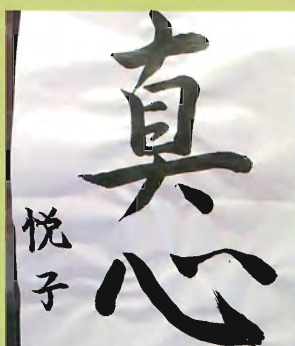
今月の一コマ



ケーキおいしい。



87 歳になりました。



習字



ぬり絵作品

5・6月の行事予定

5月11、13、15日 つつじドライブ
20、23、26、日 買い物トレーニング
24日 5月生 誕生会
6月 2、5、8日 買い物トレーニング

◆行事からのお知らせです。外出行事は新型コロナウイルスの感染状況によっては中止になる場合があります。

入浴時、タオル・バスタオルの間違いがあるため名前の記入をお願いします。また貴重品（現金、メガネ、時計）等、自己管理して頂くようお願いいたします。ご理解の程よろしくお願い致します。

5月誕生者

漆 畑 宣 正 様	太 田 み な 様
小笠原 昭 夫 様	久保田 ふみゑ子様
栗 林 宏 様	妻 神 五 郎 様
白 川 末 人 様	手倉森 アサヨ 様
中野渡 悦 子 様	南 ツ ギ 様
宮 沢 イ サ 様	

♥お誕生日おめでとうございます。♥

■発行人／社会福祉法人 福祉の里
〒034-0061 十和田市大字切田字横道100-22
TEL 0176-25-1100 FAX 0176-25-1115