



ふくらはぎのストレッチ

リハGr



かかと、つま先上げを10回を3セット(30回)を目標に！！

足首の動く範囲が広がり、ふくらはぎを柔らかくすることで転倒防止にもつながります。また第二の心臓と言われるふくらはぎの循環もよくなりますので、椅子に座っている時や、布団の中でもぜひやってみましょう！



PT:渡部真理子



内部研修

権利擁護の観点から考える
虐待: 身体拘束防止に向けた取り組み



講師: 公益社団法人会津若松医師会
会津若松市在宅医療・介護連携支援センター
大堀晃寛氏

zoomにて受講

研修を終えて
虐待・身体拘束防止の勉強会は年1回実施しています。毎年、繰り返し学ぶことが「正しいケア良いケアとは？」に立ち戻る良い機会になっています。今回の勉強会は権利擁護について再学習し意思決定支援の視点を学びました。
「虐待・身体拘束なんてとんでもない！」は当たり前を感じるのですが、不適切なケアは相手を虐待・拘束するようつもりがなくてもおこる可能性があります。自分の一つひとつの言動やケア内容が本当に利用者様(当事者)本位だったか「この方が良い」「これは仕方がない」と決めつけてないか考えながら日々の業務にあたりたいと思います。

事故対応・身体拘束委員長 伊関 祐美

【編集後記】

秋は「食欲の秋」言い換えれば「実りの秋」ですね。米 野菜 果物等の食べ物の収穫の時期です。現代では、いつでも美味しい食材が手に入りますが、旬のものは旬でない時期のものに比べ含有量が約2倍の差があるというデータがあります。その時期にだけ食べられる豊富な秋を堪能しましょう！！ちなみに私は読書の秋です。。 広報委員一同



『會津号』

富士通グループ
(株)ケアネット会津サービスセンター

2022年9月発行
会津若松市門田町工業団地37-1
0242-85-7080

地震・火災想定(2022.07.20) 全体防災避難通報訓練実施 ひとコマ



災害に備えて

災害はいつどこで起こるか分からないため、命を第一に考えて行動するようにしましょう！！それには日頃の訓練が大切になります。今年も多くのご参加ありがとうございます。



在宅避難用 最低限の 備蓄品リスト	
目安: 1人 3-7日分以上	キッチンや玄関などに分散配置
家庭備蓄の目安(大人1人7日分の場合)	
<input type="checkbox"/> 水 2L×11本程度 ※1人1日200mlを目安(飲料水・調理用)	
<input type="checkbox"/> カセットコンロ・ガスボンベ ※6本(最大19本まで) ※ガス・調理用ガスコンロ・ガスボンベ	
<input type="checkbox"/> LEDライト・ランタン ※1人1灯1台(避難用)	
<input type="checkbox"/> 乾電池(高3形の場合)×33本目安 ※ラジオなどの機器に合わせて サイズや本数も確認	
<input type="checkbox"/> 乾麺×2袋 ※キヌメ1袋(300g)・ソウメン1袋(300g)など	
<input type="checkbox"/> パックご飯 ×3個	
<input type="checkbox"/> 缶詰(肉・魚)×9個	
<input type="checkbox"/> レトルト食品 ※カレー等9個、パスタソース3個など	
<input type="checkbox"/> 暖かいトイレ×6個 ※1人1日1回を目安	

日頃より災害の備えをしておきましょう！
ケアネットの非常食や防災用品セット他にも多々ありますが、ごく一部を載せました。

デイサービス



夏祭り



皆さんに協力して頂きながら、バラのアーチを作りました。お花紙をいくつも重ねて…とても華やかになりました！

小規模ではありますが夏祭りを開催し、みんなで会津磐梯山を楽しみました！



ビンゴゲームでは皆さん楽しそうに参加されました。



七夕



ミニゲーム



飾り作り

リハグループ



緩和デイ

管理栄養士五十嵐氏による栄養講座を開催
テーマは血糖値や減塩！！「ベジファースト」皆さん耳にしたことあると思いますが、最初に野菜から食べるようにすると血糖値の上昇がなだらかになるそうです。



手指訓練



指先を訓練することで、関節が動く範囲の拡大、筋力の増強をはかり、日常生活において手がしっかり使えるよう支援しています。



卓上ボウリングを初めてやってみました！皆さんとても楽しそうにプレーしていました！

ショートステイ



ブルーベリーの花



ラベンダー



なでしこ



みやこわすれ・紫蘭

ショートステイにあるベランダの、植物を紹介いたします!!
ブルーベリー、ラベンダー、なでしこ、みやこわすれ、紫蘭などなど、今年もたくさんの花々が咲きました。ブルーベリーの花、私は初めて見ましたが、なんとなくスズランの花に似ていますね！実はなりました、暑さに負けてしまい、ほとんどがしわしわのブルーベリーになってしまいました(´;ω;`)他に、イチゴもあります、イチゴは、美味しく育ちました！今期、初トライの大根もなんとなく形になりました(^▽^)/ 写真にはありませんが、ミニトマトも美味しく出来ました！

ベランダの入口には、綺麗な七夕飾りも飾りました。それを、赤べこが微笑ましく見守っています♡是非、ショートステイに遊びに来てくださいm(__)m



グループホーム



○夏祭り

皆でフラダンスを踊ったり、スイカ割りやゲームも楽しみました♪



えいっ！割れろっ！

今年は高齢者作品展に出品しました。麦わら帽子とポップリ、この様に作りました。とても器用ですよ。



あやめ見学で記念撮影♡



完成!!