



グリリバ通信



新年のごあいさつ

理事長 岡部 貞美

新年、明けましておめでとうございます。

皆様におかれましては、健やかに新春をお迎えの事とお慶び申し上げます。

昨年はテレビ等で個人や企業に対するコンプライアンスやガバナンスを問われるニュースがとて多かったように感じています。私自身も法人を担う一人として何が正しいのか？何がいけなかったのか？自分事のように感じ注視していました。今年は辰年、物事を好転させる縁起のいい干支という事で、当法人も正すべきことがあれば、しっかり正し、後の時代がより良いものになっていくよう、しっかり責任を果たしていきたいと思っています。

さて、今年度の事業計画にもありました介護業務のICT化という事で、特養では一月より介護記録システムの使用を本格的にスタートしました。これはチャレンジでもあり、業務改善でもあります。人材が不足していく未来に備えるものにもなります。ところが介護という仕事は対人間が基本の仕事であり、それこそが介護の醍醐味でもあります。その部分は大切にしつつ、時代にも取り残されないよう職員と共に日々努力を重ねてまいりたいと思っております。

どうか本年も皆様の変わらないご支援を受け賜りますようよろしくお願い申し上げます。

末筆ではございますが、本年が皆様にとってより良い年となりますよう祈念し、新年の挨拶とさせていただきます。

歩得ウォーキンピック

G&Rホームでは平成30年度から総社市の「歩いて獲得!健康商品券」略して「歩得」に参加しています。始めは少なかった参加者も今では27名に増え、日々歩数を重ね健康維持に努めています。今年10月に行われた歩得ウォーキンピックには施設から5チームが参加しました。そしてそして「ちょーグリリば」チームは、なんと職場の部で2位に輝きました。

第2位 ちょーグリリば
平均歩数17,353歩



第22位 ちょーきょろりば
平均歩数7,080歩



第26位 ちょーちょろりば
平均歩数6,399歩



第28位 ちょーべりば
平均歩数6,330歩



第45位 ちょーゆるりば
平均歩数4,311歩



ミニ施設長を探せ!
今年もお楽しみに
祝...に見えますか?



編集後記

あけましておめでとうございます。本年もよろしくお願いいたします。昨年はコロナウイルスの制限も緩和されていき、様々な行事を行ってきました。本年も昨年と同様、ご利用者・ご入居者の楽しめる行事を開催し、グリリバ通信でお伝えできたらと思っています。本年もよろしくお願いいたします。 広報委員一同

特別養護老人ホーム

- グリーンアンドリバーホーム TEL 0866-92-4165 (代表)
- デイサービスセンター TEL 0866-93-4165 (直通)
- ケアハウス TEL 0866-31-8139 (直通)
- 居宅介護支援事業所 TEL 0866-92-7881 (直通)
- 中央部南地域包括支援センター TEL 0866-92-7888 (直通)



総社市清音三因1074-1
E-mail: skymfukushi@mx9.tiki.ne.jp
ホームページ: http://green-river.or.jp

特養通信VOL.79

新年あけましておめでとうございます。本年もよろしくお願いいたします。

今号は秋のイベントをお届けします。

お神輿

わっしょい
わっしょい



お神輿を担いでユニットを周りました。
獅子舞を見て手を振ったり、
頭を噛む仕草をすると、「わー」と
笑顔で喜ばれていました。
お神輿の移動にあわせて、
太鼓を叩きながら「わっしょい！
わっしょい！」と掛け声を出される方、
うちわで職員を扇いで下さる方もおられ、
終わりには「楽しかったよ。お疲れ様」と
声を掛けて下さる方もおられました。

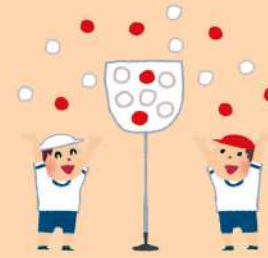
大運動会



選手宣誓



玉入れ



紐引き



パン食い競争



特養大運動会を開催しました。
スポーツマンシップにのっとり、
接戦を繰り広げました。
種目は紐引き、玉入れ、パン食い競争です。
パン食い競争では盛り上がり、
車いすから立ち上がり、
歩かれるご入居者もおられました。
結果は同点で紅白どちらも優勝でした。
皆さまには手作り金メダルが送られました。



ユニット

新年明けましておめでとうございます
本年もよろしくお願いいたします

新型コロナの流行も落ち着いて
少しずつ外出もできるようになりました。
昨年1年楽しんでいただけていたら良いな…との
期待を込めて今年もいろいろな楽しみを
企画していければと思っています。



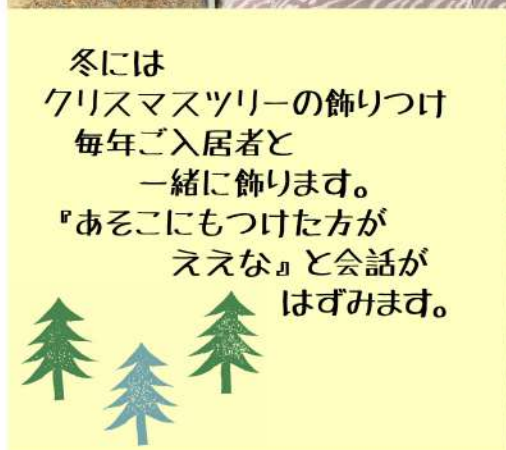
春には
花見をしたり
野菜苗を植えたりしました。
立派な野菜が
育ちますように…。



夏には
野菜が立派に育ち
浅漬けにして食事の時に
さっぱり美味しく
いただきました。



秋には
感染症対策も緩和され
外出の許可がおりて
ドライブに出かけました。
久しぶりのドライブは
秋晴れでとても
気持ちが
良かったです。



冬には
クリスマスツリーの飾りつけ
毎年ご入居者と
一緒に飾ります。
『あそこにもつけた方が
ええな』と会話が
はずみです。



デイサービス



今号は11月に行いました「芋羊羹作り」について
掲載いたします。
調理系の行事では、主婦の方々が活躍するのが
恒例なのですが、この度は男性陣の皆様が活躍
されていました！！
まさに、「男の料理教室」を思わせる程。
蒸したさつまいの甘い香が漂う中、つまみ食いし
たい気持ちをグッと堪え、滑らかな羊羹を作りあげ
ました。



結構力が要るなあ



なかなか潰れんな



追加分が出来たぞ



ワシが持つといっておげうあ



押し込むようにするんじゃ



羊羹なんて作った事ないわあ



腕が鳴るわ



滑らかになって、
どんなもんなんで？



こんなもんでええんか？

見栄えも良くせんとな



ケアハウス



明けましておめでとうございます。
 去年はありがとうございました。
 本年もどうぞよろしくお願いいたします。
 去年のケアハウスの活動の一部を紹介させていただきます。

芋ほり

6月に植えたさつまいもを11月に収穫しました。昨年よりは多く収穫できました♪焼き芋やふかし芋、大学芋にしてご入居者と一緒に食べました♪



祝米寿



調理行事

ご入居者同士、交流を図りながら調理を楽しむ姿が見られました♪
 作り終わった後は皆で大試食会が始まり、皆「美味しい!」と喜ばれていました!



秋の炊き込みご飯 クレープ♪ 干し柿♪ ギョーザの皮でピザ作り♪



ショートステイ

あけましておめでとうございます。
 本年もよろしくお願いいたします。
 空気の乾燥が気になる季節です。夏のように汗をかかないので水分補給を怠りがちですが、冬は身体も乾燥していて水分を必要としています。室内の湿度を上げ、こまめな水分摂取で風邪や肌あれを予防しましょう。

白組と赤組に分かれて秋の運動会をしました。身体を動かすと楽しいね♪

緊張するなあ 開会宣言 上手くできますように

パン食い競争 上手に取るで〜

楽しかったよ 賞状貰った

輪投げ 的にめがけて 入ってくれ

中庭で焼き芋パーティー お昼ご飯にはさつまいもご飯 美味しかった

ええように 芋の皮が 剥けたわ

美味しく 焼けるかな

さつまいも硬いけど 切れたで

美味しいな

介護ICT導入しました👏

介護業界の方からすると、まだ導入してなかったの!?!と驚かれるかもしれませんが、当施設も遂に介護記録システムを導入しました☺

今回導入した介護記録システムは「ケアカルテ」と「CareWizハナスト(音声入力システム)」です。今後、ケアカルテとハナストを活用することで、更なるサービスの質向上に繋がるように、努めたいと思います。今回は、介護記録システムって何?と思われるご家族のみなさまへ簡単に紹介をしたいと思います。

介護ICTってなに?

高齢者の増加により2040年には介護職員が約280万人必要と言われていますが、生産年齢人口は急激に減少しており介護職員を確保することは難しくなっています。そのため、現場職員の負担を軽減しつつ、ご入居者・ご利用者に対するケアの質を高めるための手段としてICT・介護ロボットなどのテクノロジーの活用が必須となってきました。介護ICTを導入することで、リアルタイムな情報共有や直接ケアの時間増加、職員の心的負担軽減などの効果が見込まれています。



ケアカルテは現場の記録からケアプランや請求まで一元管理できるソフトです。さまざまな機器をデモ利用しましたが、ケアカルテの決め手は、誰でも簡単に記録入力ができることです。

画面を見れば、どこで何を記録すればいいのかわかり、多様な年齢層が活躍するグリリバでは取っ付きやすさNo.1でした!

リアルタイムで記録できるので、職員同士の情報共有もスムーズに行えます。記録業務にかかる時間が削減され、その時間をご入居者・ご利用者の直接ケアに充てることができます☺

ケアカルテについて



ハナストについて

ハナストは、介護記録や連絡などをAI×音声入力でサポートしてくれるAIアプリです。

インカムを使用することで、作業を行いながらも音声入力が可能で、特に便利なのが、応援が必要な時に、ハンズフリーで連絡ができることです。

施設内どこにいても連絡が可能で、内線や館内放送などを使用し呼び出すことが少なくなり、ご入居者・ご利用者も落ち着いた生活が送れるようになりました。



ケアカルテと連携できるICT機器の導入などに繋げていけたらと思いますが、まずはケアカルテとハナストを使いこなせるようになることが先決!!

ICT化を進めることで、ご入居者・ご利用者の安心や現場職員の負担軽減、ケアの質向上に繋げていけるように努めてまいります。

そして、介護の魅力が広く伝わり、介護を目指す人が増えることを願っています✧

今後の展望



グリリバのインスタあります☺
よかったらフォローしてくださいね✧✧✧

お役立ち/ 健康情報

免疫力UP↑で寒い冬を乗り越えよう

～ 免疫力と腸の関係 ～



近年、免疫力を高めるために腸が重要な働きをしていることが明らかになって、世界中の研究者の注目を集めています。体全体の免疫細胞の約7割が腸に集まっていると言われ、その役割は腸での免疫に関与するだけでなく、血液の流れに乗って体中に運ばれて、病原菌やウイルスを攻撃します。免疫細胞をより多く作り活性化して、免疫力を高めるためには、腸の状態を良くすることが重要なポイントになります。栄養バランスの良い食事を規則正しくとることで、腸が活発に動き出します。

～ 腸内環境や免疫細胞に効く食品 ～

腸内環境を良くする食品

- 発酵食品 (ヨーグルト、納豆、みそ、しょうゆなど)
- 食物繊維 (きのこ、海藻、葉物野菜など)
- オリゴ糖 (ごぼう、玉ねぎ、きなこ、はちみつなど)

免疫細胞を活性化する食品

- 良質なタンパク質 (ヒレやモモ肉、鶏ムネやささみ、魚、卵など)
- ビタミンA (レバー、緑黄色野菜、のり、抹茶など)
- ビタミンE (アーモンド、マーガリンなど)
- ビタミンD (ウナギ、紅鮭など)
- ミネラル類 (豆類、海藻類、小魚など)

体温を上昇させる食品

- ショウガ、ニンニク、ねぎなど



冬に最適! 手軽なあったか鍋で腸内環境に良い食材をたっぷり食べましょう

鶏もも肉 (または豚薄切り肉や紅鮭)
きのこ、豆腐、白菜やねぎ等の野菜、
たっぷりのショウガとにんにく (チューブでもOK)
材料とだし汁を鍋に入れてみそ味で煮込みます。
メはうどんていかがでしょうか。

そのほか日常生活で食事以外にも、適度な運動、適度な睡眠、温める、笑う、などといったことも、免疫力を高めるのには有効です。



居宅介護支援事業所

グリーンアンドリバー介護支援センター

TEL 0866-92-7881 (直通)

中央部南地域包括支援センター

TEL 0866-92-7888 (直通)