令和２年　12月15日発行　通巻107号

広報 しらさぎ

Shirasagi home news letter

種をまく準備

あさがお

暑い盛り、ベランダで色鮮やかな花を咲かせていた朝顔の種を集めました。しらさぎ農園ではしその実がたくさんみのり、一粒づつ大切に集めて漬けました。

Shirasagi Cafe

ショートステイではコーヒータイムを楽しみました。

深煎りの豆を挽き、しらさぎ自慢のハンドドリップで淹れたコーヒーはとても良い香りでした。

特養

「想い出の地」にWebで外出支援

新型コロナウイルス感染症のため、楽しみにしている外出支援もいつも通りにはできません。そのような状況の中、ご利用者に何か喜んでもらえることはないか？職員みんなで知恵を出し合って考えた企画、その名も…

～ストリートビューで巡る～
「想い出の地」と「思い出の味」を味わうツアー

事前にご利用者の思い出をお聞きし、その場所をバーチャル散策しながら、思い出の料理を味わっていただきました。紙面でも皆様の思い出の一部をご紹介しましょう！

プロジェクターに映した街並みを見ながら、思い出話が弾みました。「函館の朝市だね」「この道を通って学校に行ったのよ」「ゴルフ場の中に住宅地があったの」など、同席のご利用者や職員に紹介してくださいました。

旅行気分を味わっていただくため「旅のしおり」も作成しました。

思い出の味を満喫

新潟のご出身。
ノンアルコール日本酒を味わっていらっしゃいました。

“はっと”という”すいとん”に似た料理が思い出の味。「疎開先の平泉、母と歩いた中尊寺参道を歩いている気分でとても懐かしい気持ちになりました。はっとも当時のままの味でびっくりしました。」と。お話くださいました。

「何十年かぶりに信玄餅を食べました。住んでいた頃（60年前）に比べると新しい建物が出来ていて驚きました。」

アメリカ南部の料理”ガンボスープ” が思い出の味。「とても楽しかったです。海外旅行が好きなので、今度はパリに行って生ガキや生うにを食べてみたいです。次回もぜひ参加したいです。」

函館の朝市。懐かしい「ニシンの切込み」を召し上がると「おいしすぎる！」とうれしい一言。

信州の野沢菜

デイサービス

毎日の活動～体操・おやつ作り・食事など～

コロナフレイルを吹き飛ばせ！～体操・活動～

手ぬぐいを使っての健康体操。普段使っていない筋肉を刺激します。ストレッチ効果もあって体がスッキリします。

広いホールではうちわで風船をあおぎ、点数のついた輪の中に入れるゲームです。これがなかなか難しい！皆で協力して楽しく、体を動かしました。

～アロママッサージでリラックス～

職員がアロマオイルを使ってハンドマッサージを行っています。良い香りを楽しみながら、ゆったりと過ごす日もあります。心も体もリフレッシュできますね。

～おやつ作り～

さつま芋を使ってウサギのお菓子を作りました。とても可愛くできて、「食べるのかわいそう」との声が上がりましたが、美味しくいただきました。

～寿司の日～

ある日の昼食では、フロアでお寿司を握ってもらいました。お寿司屋さんに来たみたいで、嬉しいですね。

特養

毎日の活動～ゲーム・柿まつり・食事～

「お寿司」は皆さんのご要望が多い料理です。今回もあっという間に食べきってしまう方が続出しました。特別食も「ねぎとろ」を主菜として提供しました。

季節のくだものまつりは、佐渡から「おけさ柿」を取り寄せて甘さを楽しみました。

2・3階フロアでは的当てゲームや工作に取り組みました。定例のカラオケもハロウィンの仮装でとても盛り上がりました。

技能実習生～技能検定試験～

～配属から8か月　技能を評価します～

【外国人技能実習制度とは】
日本の企業において、発展途上国の若者を技能実習生として受け入れ、実際の実務を通じて実践的な技術や技能・知識を学び、帰国後、母国の経済発展に役立ててもらうことを目的とした公的制度です。

11月下旬、技能検定試験を迎えました。配属されてから介護技術や語学を勉強した成果を評価します。試験に合格したら、さらに2年間しらさぎホームで勤務しながら勉強を続けることができます。写真は事前に職員が検定員となって「模擬検定」をしているところです。

2名とも勤務しながら、介護技術、語学と日々勉強に取り組んできました。当日はかなり緊張していたようですが、落ち着いて出来れば大丈夫！というくらいまで、しっかり頑張っていました。
合格発表が楽しみです！！合格したら何かご褒美が！？あるかどうかは次号「しらさぎ108号」でのおたのしみ。

感染症予防　～加湿器を増設しました～

12月に入り、気温が下がり空気が乾燥してきました。湿度が下がると、ウイルスの表面の水分も蒸発して空中に浮遊しやすくなります。人の体も鼻腔や・気道の粘膜が乾いた状態になり、病原体の侵入が容易になるため、感染が起こりやすくなるそうです。

新しい加湿器

しらさぎホームには敷設型の加湿機がありますが、新たに大型で移動できる加湿器を２・３階の食堂に導入しました。また、皮膚も乾燥するので、保湿剤を塗り、ご利用者の皮膚の保湿に努めています。

暖かい日は散歩気分で陽当たりのよい回廊型のベランダに出て日光浴も心がけています。睡眠、栄養をしっかり取って免疫力を上げ、加湿、換気、手洗いに一層気をつけていきます。

編集後記

紅白は無観客で、帰省もウェブで。餅つきや初詣もなかなか例年通りにはいかない事が多そうな年末年始。人が集まって笑いながら過ごすことのありがたさを感じた一年でした。
年越しまであと二週間です。みなさまが健康で良い年をお迎えいただけますように。

記事・編集担当職員　　鈴木・細野・前田・相澤・梨本

社会福祉法人　中野区福祉サービス事業団
しらさぎホーム

〒165-0035　中野区白鷺２－５１－５
℡　03-3336-6511
◇事業団ホームページ
https://www.nakano-fj.jp/
◇メールアドレス
nakano-j@nfsj.jp