

乙ちち

つる

第87号



大家族

かめ

2020. 11. 5発行

特養・ケアハウス入居者の面会方法が ZOOM に！

コロナウイルスの流行により面会は電話による予約で玄関のガラスドア越しの面会を実施しておりましたがインターネット環境が整いましたので10月20日から ZOOM での面会を開始しました。

ご家族の方にインターネットの環境があればどなたでも、遠隔地でもご自宅から面会が可能になりました。

勝手ながら面会日・時間は**火・木・土・日曜日**が特養、**月・水・金曜日**がケアハウスで午後2時から3時の間で10分程度とさせていただきます。

なお、面会ご希望の方は前々日（土・日除く）の午後6時までに希望の日・入所者のお名前・続柄・面会希望者（ご自身）のお名前をご記入の上、メール（info@casil.or.jp）でご予約ください。

面会日・時間、URL はメールの宛て先に返信させていただきます。

なお、面会希望日の前日までにメールの返信が届かない場合は、お手数ですがキャッシル真和事務所（079-263-2325）までお電話ください。

また、面会が済まれた時点で御家族のメール番号は当方で消去させていただきますので面会ご希望ごとに再度メールでお申し込みください。

従来のガラスドア越しの面会も可能ですのでその場合はお電話でお申し込みください。

玄関に設置しました！

デイサービスご利用者にはご自宅に迎えに行った際に体温を測らせていただいておりますが、それに加えて玄関に自動で測れる顔認証手首検温測定器を設置しました。

それにより安心してデイサービスの時間を過ごしていただくと考えています。なお、マスク着用でなければ通過できませんのでご注意ください。

また、当施設に来所される皆様にも測定していただくようにしておりますのでご協力ください。



キャッシル真和 介護 NST

NSTとは栄養サポートチームのことで多業種による利用者への適切な栄養管理を実施し支援する集団のことです。

当法人では、デイサービス事業所が自立支援の取組みをするにあたり、キャッシル真和介護 NST を立ち上げました。

管理栄養士を中心にデイサービス管理者、相談員、そして居宅介護支援事業所のケアマネージャー等で組織して月2~3回の ZOOM 会議で島根県立大学看護栄養学部教授の中山真美先生の指導を受けながら、まずデイサービスご利用者を対象として実施しました。

まず、全員に MNA-SF (簡易栄養状態評価表) と AWGS2019 (サルコペニア診断基準表) を利用して、低栄養とサルコペニアの可能性について**栄養スクリーニング**をしました。

その結果、低栄養のリスクのない方は30%、有りの方が70%で、そのうち60%が重症でした。

また、サルコペニアの可能性が良好の方が15%、有りの方が85%でそのうち重症と思われる方が60%でした。

次に栄養スクリーニングで低栄養やサルコペニアの可能性があると疑われた人に対し、身体計測値、考慮すべき基礎疾患、口腔衛生・機能評価、排便、食事姿勢・摂取動作、食欲と満足度、自宅での普段の食事について**栄養アセスメント**をしました。

そして、ご利用者一人一人の総エネルギー必要量、タンパク質投与量、水分必要量、食形態 (UDF 区分) 等を計算し、**栄養サポートプランニング**の基本としました。

これまでの調査等により**栄養サポート短期目標：サポートプラン** (栄養状態、口腔・嚥下状態、食事姿勢・動作) を作り実施し、今後経過を診ながら3か月ごとに見直しをしていきます。

基本的には

低栄養の方にはエネルギーアップご飯 (パワーライス) を提供

パワーライスとは、エネルギーや栄養素を補強した白飯です。
お茶碗1杯で324kcal (普通の白飯の1.5倍)

全員にサルコペニア対策の昼食とおやつを提供

昼食：お肉・お魚でしっかりタンパク質を摂取。
おやつ：美味しいヨーグルト味のドリンクと手作りおやつでさらにタンパク質を補給。

昼食とおやつでエネルギー810kcal、タンパク質37g

*糖尿病や腎臓病のある方には通常のメニューを提供します

デイサービスご利用者にお食事ノートを作成しました。

ご利用の際、デイサービスでの状態をご家族にお伝えする「お帳面」の左半分に「お食事ノート」を挟んでいつでもご覧いただけるようにしております。



お食事ノートには、ご利用者の現在の状況、低栄養スクリーニング・サルコペニアスクリーニング・お口の状態の説明、キャッシル栄養ケアチームからのアドバイス、フレイルの説明、サルコペニアの説明、栄養ケア経過表、キャッシル真和デイサービスの栄養ケアの現状、キャッシル真和デイサービス栄養通信が記載されています。

低栄養とは？

低栄養は体に必要なタンパク質、エネルギーが不足して、健康な体を維持することが難しい状態の事です。

タンパク質が不足すると体力・免疫力が低下します。また、筋肉量・筋力が低下します。このように低栄養⇒タンパク質不足は、体に様々なトラブルを引き起こし、日常生活における自立度の低下につながる要因にもなります。

低栄養状態が長期にわたると、「フレイル」・「サルコペニア」・「ロコモ (運動器の障害により移動機能を低下させること)」と呼ばれる身体機能低下の引き金なることがあります。

特にデイサービスではタンパク質、エネルギーの摂取量に気遣う食事・おやつを提供しています。

サルコペニアとは？

サルコペニアとは、筋肉量が減少して筋力低下や身体機能低下をきたした状態を言います。超高齢者社会の現在、サルコペニアは問題となっております。

具体的には、歩くのが遅くなる、手の握力が弱くなるといった症状が出て転倒や骨折、寝たきりなどにより生活の質を著しく低下させる懸念があります。

サルコペニアを予防する栄養のバランスの取れた食事と適度な運動を心がけて日常生活を送ることが大切です。

パワーリハビリの運動とバランスの取れた食事を提供するキャッシル真和デイサービスをご利用ください。

手作り おやつ



牛乳きな粉プリン
+タンパク質
豆腐・きな粉・
牛乳・黒蜜



おはぎ
+タンパク質
もち米・きな粉・
粒あん



カスタードパイ
+タンパク質
牛乳・卵・小麦



バナナヨーグルト
+タンパク質・ビタミン
食物繊維
ヨーグルト・バナナ・コ
ーンフレイク・蜂蜜



豆乳プリン
+タンパク質
豆乳・牛乳・黒蜜



ミルクわらびもち
+タンパク質
牛乳・きな粉



スコーン
ブルーベリージャムと生クリーム添え
+タンパク質
小麦・卵・牛乳・生クリーム

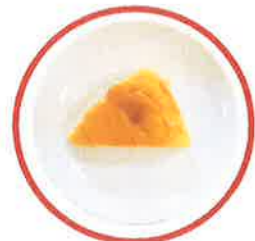
まず、
デイサービスで
始めました。
サルコペニア対策で
しっかりタンパク質を
摂りましょう！



きな粉ドーナツ
+タンパク質
小麦・卵・牛乳
きな粉



小豆牛乳かん
+タンパク質
牛乳・小豆



かぼちゃプリン
+タンパク質・ビタミン
南瓜・牛乳・卵



焼きバナナプリン
+タンパク質
牛乳・バナナ・卵



抹茶のパナコッタ黒蜜かけ
+タンパク質
牛乳・生クリーム・抹茶・黒蜜

特養 スキルアップ研修

8月研修・機能訓練

8月25日、機能訓練指導員伊藤祐介が講師となり、「更衣動作に必要な要素・入浴動作に必要な要素・運動を行う上での注意点」について学びました。



タオルを利用して上肢の柔軟性や手指の巧緻性や把持力、体幹・股関節の柔軟性を保つための体操や入浴動作に必要な特徴的な動きに伴う柔軟性と筋力を養う体操をしました。

9月研修・介護技術

9月29日、介護職員高橋 聡が講師となり「食事・入浴・排泄・更衣」について日頃行っている介助方法と比較して利用者や職員の負担が軽減するやり方を学びました。



研修を通じてお互いの介護技術を向上していけたらと思います。

職員研修

新型コロナウイルス感染症対策について

9月26日、1Fホールで厚生労働省作成の動画を見ての研修を行いました。



「介護老人福祉施設（特養）のためのそうだったのか！感染対策」編で、外からウイルスを持ち込まないためにどうすればいいか。そして、施設の中でウイルスを広めないためにはどうすればよいか。等日常の施設内での介護職員が気をつけなければならない点が紹介されていました。

次に「送迎の時のそうだったのか！感染対策」編では、ウイルスをもらわない、わたさないための注意点が説明されていました。

コロナウイルス対策には職員全員で対応していますが、この研修を受けることで改めて注意喚起が出来たと思います。

消防訓練

10月27日、午後2時半から安立防災から講師をお招きして、夜間2階特養の居室から出火したとして初期消火・119番通報訓練、避難訓練を20名が参加して行いました。その後、放水訓練を消火栓を利用してしました。訓練により防災意識を高めることができました。





キャッシル真和 デイサービスセンター第2より

姫路市飾磨区今在家7丁目99
(旧アメリカ村)にあるデイサービスセンターです。

営業日：月曜日～金曜日 時間：9時半～5時まで

定員：一般型 20名

送迎区域：姫路市(家島町除く)・たつの市・太子町
その他ご相談に応じます。



※重度の認知症・胃ろう・バルーン・ストーマーの方も受け入れます。

レクリエーションは毎月、行事や個別・全体での手芸を行っています。

8月

夏祭り



金魚すくいや輪投げ、ビンゴゲームなど盛り上がりしました。

手芸



帽子を作りました。細かいところが多かったですが真剣に作っていました。



9月

手芸



玄関に飾るウェルカムボードを作りました。皆さん、どの文字を入れようかと悩みながら作られました。

敬老の日



ご利用者一人一人に表彰状を作りお祝いをしました。

10月

運動会



威勢の良い掛け声で運動会は始まり、玉入れやスリッパ飛ばし等行いました。



手芸

ちぎり絵でシクラメンを作りました。「これからの季節にちょうどいいわ。」と喜ばれていました。



ご利用者募集中！！



体験利用も受け付けています。

☎079-231-5955 FAX079-231-5956 関・前田までご連絡ください。



毎回希望者には2km歩行のお手伝いをします。

ご利用者の声

毎回の散歩で、足も軽く出るようになり自信ができました。外出ができるようになりたいです。



ご家族の声

家の中では、そんなに歩けないので元気になっていく姿が嬉しいです。

担当ケアマネの声

期待通りの成果が出て、安心して任せられるデイサービスです。

専門職のマッサージやウオーターベット、ホットパックで！

ご利用者の声



マッサージのお兄さんも優しくて楽しみに来ています

マッサージもホットパックも気持ちいいです。ウオーターベットは気持ちよくて寝てしまいたいそうです

入浴は個室で好きな時間に利用できます。

ご利用者の声

一人でゆっくり入れるので嬉しいです。

ご家族の声

家での入浴は家族の見守りが必要ですので助かっています。

いつも清潔にさせていただいてありがとうございます。



食事バイキング

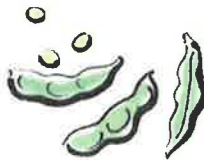
旬の食材を使った献立で・・・

定番献立



8月4日

枝豆ご飯



 カレーの酢豚風の 牛肉とピーマンの 細切り炒め	 うざく とうもろこし のかき揚げ	 南瓜の旨煮 大葉とささ身の チーズ春巻き	 チンゲン菜のスープ
--	---	--	--



かぼちやの
コロッケ



里芋の
ゴマみそ煮



人参のしりしり



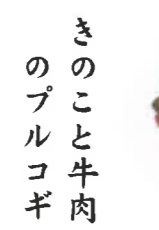
キノコ汁

9月3日

さつま芋ご飯



鮭とキノコの
和風マリネ



きのこ牛肉
のプルコギ



チンゲン菜
の中華炒め



10月6日

きのこご飯



 鯛のかば焼き きのこハンバーグの ソースかけ	 えのき豚 さつま芋の きんぴら	 秋刀魚の焼浸し かぶの 豚そぼろ煮	 きのこスープ
---	--	---	---

おやつバイキング

利用者の人気のメニューで提供しました。

8月21日 ピザ



ツナ
マヨネーズ



ウインナー



照り焼きチキン



焼肉



ポテト
ベーコン

9月18日 パンケーキ



(生クリーム+シロップ)



バナナ



みかん



パイナップル



イチゴ



あんこ



10月23日 ハンバーガー



プレーン



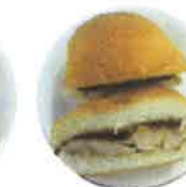
照り焼き



チーズ



海老カツ



パリパリ
チキン

旬の贅沢ご飯

旬の贅沢丼を提供しました。

8月17日

うなぎの蒲焼とじ丼



9月28日

秋野菜の天丼



10月28日

秋の吹き寄せご飯



客前料理

利用者の前で作って提供しました。



8月13日



トースト & ナポリタンセット



ミックスサンドセット

9月11日



ミックスフライ定食



焼き上げハンバーグ定食

10月15日



オムライス定食



ドライカレー定食

食の記念日

記念日としての由来を説明し

その食材を使った献立を昼食に提供

8月7日

オクラの日
牛肉とオクラ
の冷しゃぶ



岩手県盛岡市の青果業、やおやささきが制定
この時期に旬を迎えるオクラを食べて夏バテ
を防いでもらいたいとの願いから。
日付はオクラの切り口が星の形をしていること
にちなんで旧の七夕とされる8月7日に

9月15日

石狩鍋の日
石狩鍋



石狩鍋復活プロジェクト「あき味の会」が制定
発祥の地である石狩市で本場の石狩鍋を広く
PRするのが目的。
日付は石狩で鮭が捕れる時期であることと「く
(9) い (1) ご (5) ろ」の語呂合わせから。

10月1日

トンカツの日
トンカツの
おろしかけ



味のちぬやが制定。
トンカツを食べて元気にそして勝負に勝
つ(かつ)ことを目指して頑張ってもらい
たいとの思いから。日付は「ト(10)ンカ
ツ(勝つ=一番)」の語呂合わせから

カフェテリア

昼食時に目の前で2つの献立の食べたい方を
選んでいただいて提供

8月11日

手作り肉シュウマイ



うまさ

9月8日

梅豚のホイル
焼き



五目中着

10月9日

助六寿司



鯖寿司

8月26日

焼きそばパン



めはり寿司

9月24日

ホット卵
サンド



ばくだん
おにぎり

10月19日

エビマヨ



鶏のささ身
の磯辺揚げ

選択献立

午前中に食べたい方を選んでいただき夕食に提供

8月1日

冷しゃぶ



豚天

9月5日

秋鮭の
ホイル包み



サーモン
フライ

10月3日

揚げ鯖のきのこ
あんかけ



鯖の梅煮

8月10日

冷やし中華



味噌ラーメン

9月21日

海鮮丼



カツ丼

10月25日

わかめうどん



焼きうどん

厨房

調理員 正職員 2名
入居者・ご利用者の栄養
管理による献立の多様化
のため

特養・ショート寮母室

介護職員 正職員 2名
パート雇用 2名
きめ細かい介護をするため

募集中!

詳細については、

079-263-2325

事務所 担当 花畑まで

デイサービス パート職員 2名

自立支援・パワーリハビリ充実のため

居宅介護支援事業所

介護支援専門員 1名

退職による人員の補充

パート職員の場合

時間給 900円～
介護職員処遇改善手当
(3.6.12月) 通勤手当

勤務時間数により
社会保険加入

正職員の場合

給与は当法人の給与表による
通勤手当・扶養手当・住居手当
特殊勤務手当(介護職員・介護支援専門員)
介護職員処遇改善手当(介護職員)
(3.6.12月)

賞与 年間5.35か月(3.6.12月支給)

編集後記

まだまだ、コロナウイルス感染も収まりそうにありませんが皆さん如何お過ごしでしょうか？

私も職場と自宅の往復の連続で8か月を過ぎてしまいました。
活気ある生活が一日も早く戻って紙面を飾る日が来るのを願っています。

レター委員会 委員長 花畑 亜紀

キャッシル真和 こちら つるかめ 大家族

発行：レター委員会

〒679-2115 姫路市山田町西山田726-1

TEL：079-263-2325 FAX：079-263-2344

ホームページ：<http://www.casil.or.jp>

