

北条だより

令和元年 10月号



有料老人ホーム あっとほーむ北条
ヘルパーステーション北条

- 〒944-0021 新潟県妙高市大字北条585番地1
- TEL (0255) 72-3226
- FAX (0255) 72-3227
- 有線 2-2138
- ホームページ
<http://www.araikeinanfukushikai.or.jp/>
- Eメール
atfhome@araikeinanfukushikai.or.jp



あっとほーむ北条の出来事

～運営懇談会の様子～

- あっとほーむで生活されている中で質問したり意見を出し合っている会です。年に2回開催しています。



～ボランティア活動・元気が～い～

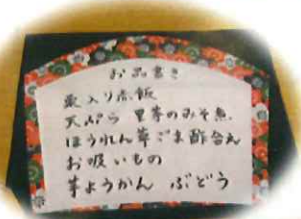
- あっとほーむで生活されている方とボランティアの方と楽しく体操やレクリエーションを行っています。入居者の方も毎回楽しみにされています。



～敬老会御膳～



- 9月14日に敬老会を開催いたしました。昼食には敬老御膳が用意され皆さんと楽しく食事会を行いました。



ヘルプステーション北条の出来事

認知症ケア研修

8月19日に、認知症ケア研修を行いました。今回の研修会では「認知症の方々と関わる中で困ったことは何か」「自分が認知症になったら何が一番不安か?」「職員にどのように対応してほしいか」などを項目ごとに付箋に書き出し、お互いの意見を言い合いながら実施しました。

解からなくなっていくことに不安を感じている認知症の方々のために、尊厳を尊重したケアの大切さや、プロとして何ができるのかなど定期的に研修会を行い、正しい知識で適切なケアが出来るように今後も努めていきます。



これからも、ご利用者の尊厳を尊重したケアの提供を致します!



貧血が気になる人へ

血液中の赤血球やヘモグロビンの量が減少した状態が貧血です。高齢者の場合、薬の副作用や腎臓機能の低下など、原因も複雑で日ごろから注意の目を向ける必要があります。

ひじきと油揚げとトマトの煮浸し

材料（1人分）

ひじき（乾燥）	・・・	5g	A	だし	・・・	1/2カップ
油揚げ	・・・	1枚		醤油	・・・	小さじ1
トマト	・・・	1/2個		砂糖	・・・	小さじ1

作り方

- 1、ひじきはたっぷりの水に10分以上つけて戻し、長い場合は食べやすい長さに切る。油揚げは短冊切りにする。トマトはひと口大に切る。
- 2、鍋にAを入れ、水気を切ったひじきと油揚げを入れ、煮汁がなくなるまで中火で煮る。
- 3、トマトを入れ、さっとかき混ぜてから火を止める。



炊き出し訓練

9月19日に炊き出し訓練を行いました。災害はいつ起こるかわかりません。いつ災害が起きても対応できるように定期的に訓練を行っています。

今回の訓練では「御飯」と「ポトフ」を作りました。訓練を行うことで、災害時でもご利用者の方々にスムーズに食事が提供できるように、手順を再確認しました。

災害に遭い、不安な時に温かいものを食べることで安心感が生まれ、心にゆとりができますと改めて水や電気の大切さを痛感しました。



訓練に参加中の職員の様子

ポトフと御飯が完成!

