湘南広報誌
ひだまり
115号
2021.９月号

施設利用料減免制度について

当施設では、社会福祉法に基づき生活困難な入所者様に、施設利用料金の一部負担金が免除となる減免制度を設けております。

今年度につきましても、6月にご案内と申請書をご家族に送付しておりましたが、申請していただいた方々の中から公正に10名程度を対象者として選出させていただきました。

申請をしていただき、今回対象とならなかった方々につきまして、今後状況次第で対象となる場合もございますので、ご理解の程宜しくお願い致します。

（支援相談員　櫻井 信一）

ご不明な点がございましたら、お気軽にお問合せ下さい。

避難訓練を行いました

7月21日（水）、伊達消防署職員の立ち会いのもと、入所施設とデイケアセンターの職員、利用者様による火災発生を想定した避難訓練を行いました。今回は談話室からの出火を想定して行いました。

日中に火災が発生した場合における初期消火、通報、連絡、避難誘導、駆けつける職員の対応内容について再確認し、慌てずスムーズに利用者様の避難誘導が行えるよう訓練を行いました。

また、屋外で水消火器を使用した消火訓練も行っております。

訓練終了後には、今回の訓練の反省点と今後の対応についてを話し合い、万が一火災が発生した場合には迅速に適切な対応で利用者様を避難誘導出来るよう再確認しました。

リハビリコラム　タマゴ１個があなたの筋肉を救う！

(…かもしれない)

タンパク質は筋肉を作る材料になる重要な栄養素です。よく雑誌やインターネットでは、筋肉を増やすために多くのタンパク質を摂取しようと言われています。

では、私たちは、どの程度の量のタンパク質を摂ればよいのでしょうか。国立健康・栄養研究所と株式会社明治の共同グループによる研究をご紹介します。

研究によると、いつもの食事によるタンパク質の摂取量が「体重×1.3g未満」であれば、体重×0.1gという少量のタンパク質（牛乳１杯や卵１個）をプラスするだけでも筋肉量を増やすことが期待できることが分かりました。

私の体重がおよそ70kgですので、70×0.1g⇒7.0ｇのタンパク質増量で筋肉が増える計算です。牛乳１杯で6.8g、卵１個で7.6ｇのタンパク質を含むので、現実的な量と考えられます。

皆さんも朝の牛乳１杯、卵１個から健康作りしませんか？

（理学療法士　冨岡 憲哉）

窓越し面会再開しています

8月2日より窓越し面会を再開しています。久しぶりに近くでご家族様に会えて、利用者様もとても喜んでおられます。8月にご家族様宛に窓越し面会についての案内文を送付させていただいておりますが、ご予約の際は今一度案内文をご確認頂きますよう宜しくお願い致します。感染拡大防止の為、面会者の人数が上限を超えていたり、感染拡大地域からお越しの場合は、面会をご遠慮させて頂きますので、ご理解とご協力をお願いいたします。

インターホンを使って ⇒ お話しています！

職員紹介

所属：一般棟　職種：准看護師

福本　はるみ

コロナ禍でいろいろと制限のある生活ですが、利用者様の健康管理を行いながら楽しい施設生活が送れるように支援していきたいと思います。宜しくお願いします。

神棚移設清め式

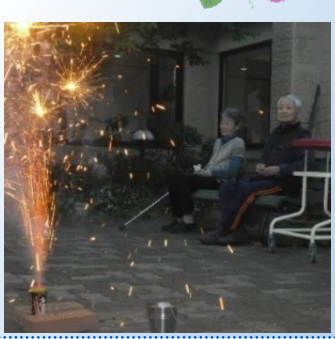
8月4日、施設の神棚を一般棟ホールに移設するにあたり、虻田神社の宮司の野々村様にお越しいただき「神棚移設清め式」を執り行いました。施設職員や利用者様にもご参加いただき、無事に移設する事ができました。

湘南の夏

今年の夏は暑かったですね。湘南では毎年かき氷を作って食べたり、中庭で朝顔を育てたり、花火大会を行なったりと、利用者様に夏を楽しんでいただいています！

中庭の青い朝顔と下の葉っぱはさつまいも（紅あずま）です。秋の収穫が楽しみです！

夜は花火大会！裏面に特集されています♪



花火大会

7月14日

一般棟中庭で、恒例の花火大会を開催しました。

中庭に出て間近に見るもよし、廊下からゆったりと見るもよし。

普段は「夕飯食べたらさあ寝るか～」と居室に戻って行く方々も、ジュースを片手に花火鑑賞し、北海道の短い夏を楽しみました。

一般棟

終戦記念日

八月十五日正午、一般棟ホールにて戦没者追悼と平和を祈念し、黙とうを行いました。

職員はもちろん利用者の中にも、戦争を知らない世代が少しずつ増えてきています。

戦争の歴史を正しく理解し、後世に伝えていきたいです。

お願い

お盆前の猛暑はどこへ・・・？

朝晩の気温が下がり、日中も半袖ではちょっと寒いなぁと感じる日が増えてきました。

着れば暑いし、脱げば寒い、服選びが難しい時期です。薄手の長袖Ｔシャツや、カーディガンをそろえていただきますようお願いします。

かき氷

専門棟

今年の夏は暑かったですネ。
夏の最後にかき氷を８月２０日に行ないました。
ナント!!おやつがアイスクリームだったのでかき氷の上にのせてフロートにしてみました。
皆さん美味しそうに食べていました。

冷たくて
美味しいよ！

発行　介護老人保健施設プライムヘルシータウン湘南

- 通所リハビリテーション事業
- 訪問リハビリテーション事業
- プライムヘルシータウン湘南居宅介護支援事業所
- ヘルパーステーション湘南
- レンタルサービス湘南

〒052-0012 伊達市松ヶ枝町 157 番地 110／TEL 0142-22-1200
ホームページ http://www.koseikai-wel.or.jp/