



地域密着型特別養護老人ホームサンシャインよしま  
〒970-1145 福島県いわき市好間町北好間字外川原33-1

TEL:0246-36-6006 FAX:0246-36-6016

ショートステイよしま TEL:0246-36-6201 FAX:0246-36-6202

小規模多機能型つどい TEL:0246-36-6215 FAX:0246-36-6216

地域密着型特別養護老人ホームひなた  
〒970-8035 福島県いわき市明治団地12-19

TEL:0246-38-3881 FAX:0246-38-3882



サンシャインよしま、ショートステイよしま、小規模多機能型つどいでは、「外出が難しいご利用者様にも初詣をしていただきたい!」との職員の熱い思いから、お社や鳥居を設営し職員扮する神主や巫女によるお祓い・ご祈禱と獅子舞による厄払い、開運おみくじをお楽しみいただきました。ひなたでは「三島八幡神社」様のご協力のもと神社に参拝し、ご利用者さまは今年1年の開運を祈願されました。

## 介護報酬改定に伴う利用料金の変更について (令和6年4月1日施行)

今年は3年に1回の介護報酬改定の年です(診療報酬も同時改定になる年です)。令和6年4月1日より介護サービス基本料金及び加算料金等を改定させていただきますが、現時点において介護報酬改定の詳細な内容について厚生労働省より正式に告示されておらず、不明確な部分もあるため、利用料金の改定につきましては確定次第書面に通知申し上げます。

何卒、事情をご賢察の上、ご理解とお力添えを賜りますよう、よろしくお願ひ申し上げます。

## 基本理念

- 一、私達は、利用者の皆様の尊厳を保障し、お一人お一人が最期まで輝き続け「よりよき老後」をお過ごしいただけるよう支援します。
- 一、地域の皆様の拠り所として信頼され、発展し続ける施設を目指します。



ホームページ

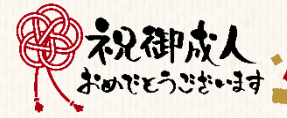
## 管理栄養士・栄養士のご紹介

ご利用者さまが笑顔になる、おいしい食事の提供を目指しています。  
どうぞよろしくお願いいたします😊



管理栄養士 古市 美咲

栄養士 鈴木 彩乃



成人式の日、ショートステイよしまの迎千聡さんがご利用者さまに振袖姿を披露しました。ご利用者さまは「いや〜綺麗だね。」「おめでとう。」「わざわざ来てくれて嬉しい。」「と大変喜ばれていました。華やかな振袖はお母様から受け継いだもの。迎さんは「これからも頑張ります!」と決意を新たにしていました。



## キラリふくしま介護賞受賞

地域密着型特別養護老人ホームひなたの音羽 泰子さんが「キラリふくしま介護賞」を受賞しました。この賞は福島県内の介護施設等で勤務し、利用者に対する対応が優れている、新人職員や後輩職員への指導・助言に積極的に携わり、チームワークの向上に貢献している等により職場でキラリ輝いている介護職員の方を表彰するために、令和2年度に福島県が設けた制度です。

～介護の道を目指す方へのメッセージ～



音羽 泰子さん

介護は奥深く難しい仕事です。正解はなく、納得いくケアを行うことはとても難しいです(私はまだできたことがありません)。日々試行錯誤し、悩むこともあることでしょう。でも吸収し学ぶことは多いはず。是非楽しんでください。そして私が平日頃自分に言い聞かせていることは、『頑張らないで頑張る!』です。自分を大切にしないといいいケアはできません。私たちが不安な表情を見せることによって、利用者様はもっと不安になります。ですから自分も大切にしてください。応援しています。

ご紹介した冊子は下のQRコードからダウンロードすることができます。



この冊子は、公益社団法人認知症の人と家族の会が令和2年度に「認知症の人と家族の思い」と介護状況および市民の認知症に関する意識の実態調査の結果をもとに、認知症のことを理解したい方、認知症の人や家族を支援したい方、思っていたにいたる方に向けて、作成された冊子です。  
認知症の診断を受けた時の気持ちや生活の変化、家族の悩み、声をかける時に気をつけてほしいことなど詳しく掲載されています。認知症のことをより深く理解いただく資料として、ご利用いただければ幸いです。



『認知症に関する冊子のご紹介  
より深く知りたいあなたへ』

## 3ヶ月行事予定

- 3月 ひなまつり 行事食
- 4月 花の日行事食 お花見ドライブ
- 5月 端午の節句 行事食

※感染症対策を行いながら実施させていただきます。

ご来場前にいわき市のホームページをご覧ください。  
3616006までお問い合わせください。



ヤクルトの容器を使った赤鬼・青鬼作りを行いました。

当法人では、いわき市の「オレンジカフェ以和貴」を受託運営させていただいており、感染症対策をしながら開催しています。  
毎回、血圧測定や認知症予防運動(コグニサイズ)、認知症に関する情報提供、そして可愛い小物作りながら交流を図っています。



「一日の満足は、良い睡眠で決まる」

当社は、病院・老人施設の寝具類の洗濯業務を請け負う会社として昭和三八年に設立し今日を迎えております。又、四〇年前より障害者雇用を行っております。障害者と共に働くときに常に心掛けていることは、距離感をどう保つかと言うことです。そこで参考としているのは、視覚障害者ランナーと伴走者との距離感でした。絆と呼ばれるのは障害をもったランナーの走りを邪魔することなく、最大の能力を引き出すことに注力する。その絆を通じてお互いの感謝の気持ちが伝わったら幸せになれると思っています。当社には数を数えられない障害者の子どももいますが、お互いの良い所を引き出し補いながら、業務を行っています。「一日の満足は、良い睡眠で決まる」を信念に、良い寝具を施設利用者様にお届けし、居心地の良い環境づくりの一助になりたいと考えております。



社会福祉法人いわきの里は、地域の皆様に支えていただきながら運営させていただいております。今回は、寝具類を納品いただいたお礼です。村田基準寝具株式会社の代表取締役社長の村田陽一様よりコメントをいただきました。

「一日の満足は、良い睡眠で決まる」

### 村田基準寝具株式会社様

社会福祉法人いわきの里は、地域の皆様に支えていただきながら運営させていただいております。今回は、寝具類を納品いただいたお礼です。村田基準寝具株式会社の代表取締役社長の村田陽一様よりコメントをいただきました。

### ゆず手浴でぽかぽか

ひなたでは12月22日の冬至の日にご利用者さまにゆずを浮かべた手浴で季節の移ろいを感じていただきました。ご利用者さまは「体もぽかぽかしてきました。」と喜ばれていました。



### 笑顔溢れるクリスマス

12月には全事業所でクリスマス会を行いました。ご利用者さまと一緒に歌を歌ったり、ご利用者さまの好みに合わせた日用品をサンタコースに扮した職員よりプレゼントさせていただきました。昼食にはお寿司や海鮮丼をお召し上がりいただきました。ご利用者さまは「ありがたいですよ。毎日でもいいですよ。」と楽しんでいました。



### 食べる芸術「練り切り」作り



1月15日の小正月、ひなたではご利用者さまと練り切り作り挑戦しました。ご利用者さまは、真剣な眼差しで、生地であんこを包みお花の形に整えられていました。



ご利用者さまは「食べるのがもったいないね。」「うまいね。」と作品を愛でながら口に運ばれていました。

### 新年お茶会



1月9日、サンシャインよしまでは、ご利用者さまに桜茶と好間町にある佐藤製菓店さんの「うまかたようかん」をお召し上がりいただきました。ご利用者さまは、桜の花びらをうっとり眺められたり、「うまかった、ようかん(笑)」と初笑い。楽しい新年会となりました。

### 医務室からのお知らせ ~日頃から準備をしておきたい感染症対策避難グッズ~

この度の石川県能登半島で発生した大地震により被災された皆様に、心よりお見舞い申し上げます。避難所では、支給物資が不足したり配給が遅れたりします。また、接触感染リスクを防ぐために防災グッズに感染症対策グッズを加えておきましょう。



- \*マスク
- \*体温計
- \*手指消毒用アルコール
- \*ペーパータオル
- \*ハンドソープ
- \*除菌用アルコールティッシュ
- \*使い捨て手袋

生命に関わる内服薬を服用している方は、お薬手帳をコピーしグッズと一緒にしておくと良いでしょう。



### 栄養管理課からのお知らせ ~災害時に備えてローリングストックを！~

災害に備えて、食料の備蓄が重要視されています。家庭でも3日~1週間分×人数分の備蓄が望ましいといわれています。普段使う食品を多めに買い置きし、賞味期限の古いものから消費し買い足すことで、常に一定量の食品を備蓄する方法(ローリングストック)がおすすめです。便秘や口内炎を防ぐためにも、栄養バランスを考慮して備えられると良いでしょう。

#### おすすめの備蓄品(栄養素別)

- \*炭水化物：パックご飯、乾麺、カップ麺、缶詰パン
- \*たんぱく質：肉・魚・豆などの缶詰、レトルト食品
- \*ビタミン・ミネラル・食物繊維：野菜の缶詰、野菜ジュース、即席みそ汁、即席スープ、果物の缶詰、果物ジュース、ドライフルーツ、牛乳、粉チーズ



いい介護共有

社会福祉法人いわきの里では、職員が見聞したり、行ったりした「いい介護」を毎月共有し、モチベーションを高めています。今回は2つ紹介させていただきます。

ひなた職員の接遇について、常光サービス様が、ひなたの職員に「この職員さんたちは皆さん、優しくていい人たちですね。私ももっと将来、年を取ったらこの施設に入ってお世話になりたいわ。」と、話してくださいました。その言葉を聞いた時、とてもうれしくなりましたし、同時にこの職場の一員であることを誇りに思いました。

いい介護②

ケアマネ、相談員、ゆめユニットの介護職員全員が「(別の施設に入所されている)奥様に会いに行きたい」と練り返し話されるご利用者さまの話を傾聴し、外出は難しい事を丁寧に説明していた。また、多職種で情報共有しながら、ご家族様や奥様が入所されている施設様にご協力をいただき、本人様と奥様が約2年ぶりに電話で話すことが出来た。本人様も奥様と話しができたことで笑顔を取り戻されていた。ご利用者さまに笑顔になっていただくことができ本当に嬉しく思いました。

### いつもありがとうございます

ご家族様や地域の皆様から季節の果物・お野菜・お花、新聞紙など、ご寄付をいただき心より感謝申し上げます。お届けいただきましたお野菜や果物はご利用者さまの食事形態に合わせ調理し、提供させていただきました。

また、「体に気をつけて頑張ってください。」「コロナに負けないで。」「大丈夫ですよ。」等、温かいお言葉やお手紙を頂戴し、職員一同たいへん励みになっております。いつもありがとうございます。



いただいた白菜で。【白菜の和え物】

### 雪だるま作ろう月



1月8日、ひなたではうっすらと積もった雪を集め、ご利用者さまと一緒に雪だるま作りを行いました。「この冷たさが、気持ちいいわ。」と久々の雪の感触を楽しんでいました。