

あおば 9月

令和2年
9月号
介護老人保健施設
デンマークイン若葉台
発行責任者
広報委員会



「 Q O L 」

介護支援センターゆい若葉台
佐藤 晃弘

私が介護の業界に飛び込んでから約20年が経ちました。今は無くなってしまいましたが「ヘルパー2級」という資格を取るために養成講座を受けたことから始めました。その当時は介護保険が始まったばかりで、かなり盛り上がっていました。就職活動中の私も興味を持ったのがきっかけです。

その養成講座で最初に教わったのが「QOL」についてでした。「QOL」とは「クオリティオブライフ」、日本語訳をすると「生活の質」です。介護をする上で「生活の質」を高められるようなケアを心がけるように、とそんな内容だったと思います。ではなぜそんな介護の初歩の話題を出したかといいますと、先日テレビですごく若いアナウンサーらしき人が「おうちでは何々をしてQOLを高める努力をしてみます！」みたいなことを言っていました。久しぶりに聞いて前述の介護の世界に一歩足を踏み入れた時、初めて教わった、この言葉を思い出したのです。

「QOL」を高めるにはどうしたらいいのでしょうか？それは人それぞれ、その人が何に価値を感じるか、どんなことに幸せを感じるかは違います。私は初心に帰り、その人それぞれの「生活の質」を意識した支援を心がけていくぞ！と今そんな気持ちであります。

新型コロナの影響で身動きが取りづらく、やりたいこともやれない状況ではありますが、そんな中でも、皆様の毎日が充実し、心身ともに満たされている生活を送れることをお祈りいたします。ちなみに私が幸せを感じ、充実してるな！明日への活力が増して、QOLが高まってくるな！と実感する時間というのが、某施設相談員のKさんと夜な夜なりリモートでテレビゲームをしている時なんですよ！！



食支援プロジェクト

美味しい介護食を
作ろう

第1回 レトルト・冷凍食品・缶詰のアレンジ料理

献立のポイント

- ・保存ができる加工食品を使う
- ・調理の手間を少なくする
- ・他の食材にも応用できる

保存ができる加工食品を使って、調理の時間も手間も少なく！

Aメニュー

エネルギー 589kcal
たんぱく質 33.7g

- ・レトルトカレードリア
- ・鯖缶ハンバーグ
- ・五目豆の白和え



Bメニュー

エネルギー 442kcal
たんぱく質 17.1g

- ・冷凍ピラフのリゾット
- ・冷凍ハンバーグのつくね
- ・ブロッコリーとチキンのサラダ



A・B 共通
和風パンディング



栄養 up のみそ汁



主な材料

- ・レトルトカレー
- ・冷凍ピラフ
- ・冷凍ミニハンバーグ
- ・冷凍ブロッコリー
- ・鯖の缶詰
- ・袋入りの煮豆
- ・豆腐
- ・卵
- ・チーズ

作り方



加工食品の活用

♥ 在宅の介護では、食事作り以外にも様々な身の周りの世話があります。買い置きできる加工食材を使って、その人に適したやわらかさや味付けに工夫するのも負担を少なくする方法です。

今月の行事

- 8日(火) 誕生会
- 10日(木) 3F・4F 敬老会
- 11日(金) 5F・6F 敬老会
- 19日(土) 21日(月) 22日(火) デイケア 敬老会



敬老会では、皆様にお楽しみ頂けるよう、各フロア趣向を凝らしたプログラムを用意しております。



職員紹介

看護科

氏名 甲斐 敦子

趣味… 映画鑑賞



入職にあたって一言…
施設の特徴を覚えたいです。
頑張ります。

事務局

氏名 天野 弘美

趣味… 韓流ドラマを
観ること



入職にあたって一言…
一日でも早く仕事を覚えてお役に立てるよう努力いたします。どうぞ宜しくお願いいたします。

事務局

氏名 中本 美菜

趣味… ラーメン屋めぐり



入職にあたって一言…
利用者の方が安心できるように心を込めて対応していきます。よろしくお願い致します。