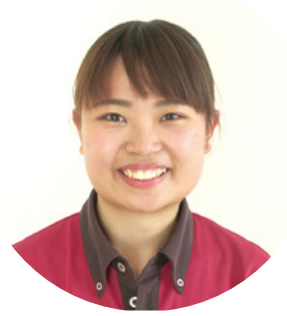


うちのスタッフ  
うちスタ

今回は入社1年目の職員に  
スポットをあててみました!!

**河渕 佳蓮** スウィート・ハート・ホーム (介護職員)

入社し、瞬間に1年が過ぎました。日々勉強!という思いで毎日新しい発見をし、利用者さんや先輩方に支えられながら、楽しく仕事をする事ができています。今後も、利用者一人ひとりに合ったケアができるよう、頑張っていきたいと思ひます。



**中津 有宇史** スウィート・ハート・ホーム (介護職員)

初めの頃は仕事になじめるか不安や緊張がありましたが、先輩職員の方たちからのアドバイスもあり、前向きに仕事に取り組むことができています。

**柏原 梓織** デイ・ショートステイ サイタ (介護職員)

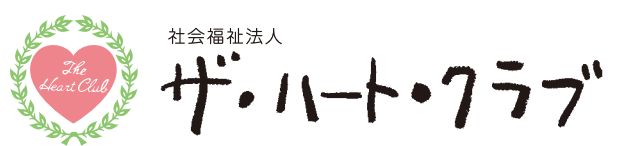
入職後、不安でいっぱいだった私に、先輩方は優しく接して下さいました。また、ご利用者からも「あなたの顔見るのが楽しみで来ゆうきね。」との言葉を掛けて頂くこともあり、私のやりがいとなっています。これからも日々勉強し、頑張っていきたいです。



寄附のお礼

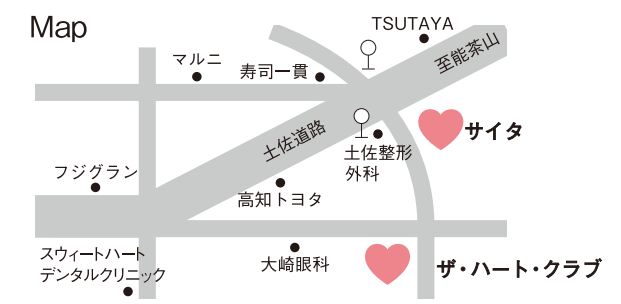
- 増岡美嘉 様 (ティッシュ、タオル)
- 堀部保夫 様 (寄附金)
- 四国地区青森りんごの会高知支部 様より (青森りんご1箱)

大切に使用させていただきます。ありがとうございました。



〒780-8061 高知市朝倉甲64番地1  
TEL: 088-840-7100(代) / FAX: 088-840-7480(代)

- 事業所一覧
- ・特別養護老人ホーム スウィート・ハート・ホーム
  - ・小規模多機能型居宅介護事業所 サイタ
  - ・デイサービスセンター サムフォット
  - ・デイサービスセンター サイタ
  - ・居宅介護支援事業所 ボム
  - ・ショートステイセンター サイタ



- 県交通バス・針木線、土佐道路経由・天王ニュータウン行き、「南横町」停留所付近、土佐整形外科の対面にサイタ
- サイタから南へ徒歩3分でザ・ハート・クラブ



ザ・ハート・クラブ

季刊広報誌

春  
No.62  
2018年4月発行



新年度もよろしく  
お願いします!!

記事ご紹介

- ・各事業所の行事等の報告
- ・ひなまつり特集2018
- ・医務室より「花粉症への対策」
- ・おすすめメニュー「春キャベツと明太子のペペロンチーノ」
- ・お知らせ「平成30年度 介護報酬改定について」他
- ・研修報告・うちスタ・寄付のお礼





# スウィート・ハート・ホーム 「スイーツ バイキング」



この日はホールがカフェに早変わり！ケーキがたくさん並び、どれも美味しそうで目移りしながらも、食べたいケーキを選んで皆さんで美味しく頂きました♪  
いくつになっても甘い物は別腹ですね(^ ^)



ホームの3階では趣向を凝らしてカフェ風に行ってみました。



# サムラフォット 「レクリエーション (活動編!)」

今回は、日頃のデイの活動風景の一部を紹介しま〜す♪

テーブルゲームではコップをどれだけ高く積めるか！立って積み上げたり、そーっと積み上げていたり、様々な工夫をされていました。

他にも物当てゲームでは何が入っているのかドキドキしながら、正解しようと頑張っていました。



もっと高く積み上げるで〜!



# 小規模サイタ 「鉄板焼き昼食会」



2月14日バレンタインデーに鉄板焼き昼食会を開き、お好み焼きと焼きそばを作って美味しく頂きました!!

この日は、なんと女性ご利用者から男性職員へチョコレートソースのかかったお好み焼きのプレゼントが(^ ^)

食後は職員によるドラム演奏の音に合わせて懐かしい音楽を楽しみました!!

はい、アーン♡



# デイ・ショートステイサイタ 「主婦に任せちょき!!」

久しぶりのおやつレク片分量計って、混ぜて、焼いて…「何年も主婦してきちゃうき。任せちょき！」と頼もしい声であっという間にパンケーキが完成しました☆  
トッピングにあんこやフルーツ！出来立ての美味しさは別格でした。



もうちょっとでできるきね〜!

まっことおいしい!!





# ザ・ハート・クラブ ひなまつり 特集 2018

（スウィート・ハート・ホーム  
初の試み、ひなまつりパレード♪



## サムフォット

レクリエーションであられレー!



## デイ・ショートステイサタ

桜を作ってお花見しました!



## 小規模サタ

花より団子 (^\_^)♪



## 医務室より

### 花粉症への対策

温かくなって花粉が多く飛散する時期となりました。  
効果的な対策をとって、少しでも症状を軽くしましょう。

これらの対策を行って、  
つらいシーズンを  
乗り切りましょう。



### 花粉症への9つの対策

- 1 外出は控えめに**
- 2 外出時は花粉を防げる服装に**  
帽子・メガネ・マスクの装着。服の素材はツルツルとしたものを選びましょう。
- 3 帰宅時は玄関で花粉を払う**
- 4 帰宅後には洗顔やうがいを行う**
- 5 ドア・窓を閉める**
- 6 掃除をこまめに行う**
- 7 布団を外に干さない**  
布団乾燥機の活用、やむをえない場合は午前中に干し、取り入れ時掃除機で花粉を吸い取りましょう。
- 8 枕元の花粉を拭き取る**  
枕周りの1mぐらいを少し湿らせたタオル等で拭き取りましょう。
- 9 空気清浄機を活用する**



## 管理栄養士の おすすめメニュー



### 春キャベツと明太子の ペパロンチーノ

一年中お店に並ぶキャベツですが、3~5月には「春キャベツ」が出回ります。普通のキャベツに比べると水分が多く、やわらかで甘みがあってエグミが少ないのが特徴です。人気の明太子味に旬の春キャベツを取り入れました。キャベツは手早く炒めてシャキシャキ感を残します。

#### 春キャベツ豆知識

ビタミンCが豊富で、特に芯と外葉に多く含まれます。胃腸の粘膜保護を助けるビタミンUも含まれます。

## 作り方

- ① キャベツはざく切りにする。芯もやわらかいので使う。
- ② 明太子は薄皮を取りほぐしておく。
- ③ 鍋にたっぷりの湯を沸かし、塩を加えてパスタを表示時間どおりにゆでる。
- ④ パスタをゆでる間に、フライパンを熱してオリーブオイルをひき、ニンニク、赤唐辛子、②を入れて炒め、明太子の色が変わってきたらキャベツを加えてしんなりするまで炒める。  
(この時パスタの茹で汁を少し加えても良い)
- ⑤ ④に③を加え、塩・こしょうで味を整え火を止め器に盛り付けて出来上がり。

#### 材料 (2人分)

- パスタ ..... 200g
- 塩 ..... 20g
- キャベツ ..... 1/8切れ
- 明太子 ..... 2腹
- ニンニク(みじん切り) ..... 1片
- 赤唐辛子(小口切り) ..... 1本
- オリーブオイル ..... 大さじ3
- 塩・こしょう ..... 各適宜

(1人当たり) エネルギー:608kcal/  
たんぱく質:20g/脂質:22.8g/塩分:2g



## ■ リスクマネジメント研修会



1月25日(木)に、山本満壽子様を講師にお招きし「リスクマネジメントの意義を理解し実践に活かそう」と題した研修会を行いました。

この研修会では、リスクマネジメントとは、起こりうる危険性を素早く予測し危機の可能性を少なくすることや、過去にあった危機や事故から要因や原因を探り予防をすることである。そのためには、

ヒヤリ・ハット報告がとても大切で、文字化することにより振り返りができ、意識の向上や危険の把握、危険因子の発見と対処等に役立つことなどを学びました。

「そもそも人はエラーを起こしやすいもので、慣れによる事故が多く、ケアの場面で起こる事故は確認不足が多い」という講師の言葉を聞き、あらためてリスクマネジメントの大切さを痛感しました。

人権、権利、安全、安心などの言葉の意味を再度考え、この研修で学んだことを業務に活かしていきたいと思います。

## ■ 介護の基本研修会

2月22日(木)に、スウィート・ハート・ホームの理学療法士を講師として「介護の基本～移乗介助の仕方～」と題した研修会を行いました。

基本的な動作の足の位置の確認、フットサポートを外す等を行うことで、ご利用者・介助者にも負担が少なく移乗を行うことができる事、また二人介助での移乗の際のポイントを分かりやすく学ぶことができました。聞くだけでなく、職員がモデルとなり習った介助方法を実際に行ってみることで、気をつけるポイントが分かり、すぐに活かす事が出来る研修会となりました。正しく、負担の少ない介助方法をしっかり身に付け、事故防止にも繋がっていききたいと思います。



## ■ 事故防止委員会研修会



3月29日(木)に、事故防止委員会の委員長を講師として「明日から職場で実践できる新しい転倒骨折事故防止対策 ～職員の負担を増やさず転倒事故が減る～」「事故ゼロも夢じゃない 新しい誤薬事故防止対策 ～絶対なくそう 取り違い誤薬～」と題した二つのテーマについて伝達講習を行いました。

事故は複数の原因が絡み合って起きます。利用者側の要因や介護職側の要因、設備・用具などの環境等、事故の原因はひとつではないということを理解し事故防止の検討をすること、また誤薬事故については、服薬チェックのマニュアルが十分に機能していない等のことを学びました。基本的なことをマニュアル通りに行えばほとんどの事故はなくなります。

今回の研修で再確認できたことも多くありました。これからは職員一丸となり、事故のない施設を目指して取り組んでいきたいと思っています。

## お知らせ

### 平成30年度 介護報酬改定について

陽春の候、ますますご健勝にてお過ごしのこととお慶び申し上げます。日頃より、当法人の運営に対しまして、ご理解・ご協力いただき厚くお礼申し上げます。

さて、本年4月に、3年に一度の介護報酬と6年に一度の診療報酬の同時改定が行われました。今回の改定により、基本報酬や加算の見直し・新設が行われた為、当法人で運営している特別養護老人ホーム・短期入所生活介護・通所介護・居宅介護支援・小規模多機能型居宅介護の各事業の利用料等が変更されることとなりました。

つきましては、各サービスをご利用いただいている方々に対して、変更される内容についてご説明させていただき、ご契約の更新を行ってまいります。公私共に忙しい時期とは存じますが、ご理解とご協力を賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。

今後、ますます多様化するニーズに対し、満足していただけるサービスが提供できるよう、皆様からのご意見・ご要望をいただきながら、法人職員一同、ケアの質及び満足度の向上を目指して参りますので、引き続きご指導・ご鞭撻のほど、よろしくお願い申し上げます。

平成30年吉日

特別養護老人ホーム スウィート・ハート・ホーム 施設長 伊東 健一

## 家族会を開催しました

3月24日(土)にスウィート・ハート・ホームにて家族会を開催し、本年4月の介護報酬改定による変更内容等について説明をさせて頂きました。

ご家族の皆様には、お忙しい中たくさんのご出席を頂きましてありがとうございました。また、日頃よりのご理解・ご協力を改めてお礼申し上げます。

これからもご利用者の皆様が、尊厳のある安心・安全な生活を送っていただけるよう職員一同努めて参りますので何卒宜しくお願いいたします。



## 「手のひら」様が、楽器演奏に来てくださいました

2/22(木)ポプランティアサークル「手のひら」様が、楽器演奏に来てくださいました。この日はデイサービスサイタと小規模サイタを利用されている方々20名程が地域交流ルームに集まり、懐かしい音楽に合わせて体を動かしながら童心に返ったような表情で楽しいひと時を過ごしました。あまり聞くことができないバイオリン、オカリナの音色に感動するご利用者もいて、音楽の素晴らしさを体全体で感じる事ができました。



スウィートカフェ

# Sweet Cafe

ご家族・地域の皆さまご利用ください

開催予定日 4月26日(木)・5月31日(木)・  
6月28日(木) 各日14:00~15:00開催

（きりとり線）



## NO.62 コーヒー引換券 Cafe Ticket

コーヒー1杯2名様までご利用頂けます  
次回、広報誌発行まで有効です。  
ご家族の面会時等、お気軽にご利用ください。