



総合南東北福祉センター

- 特別養護老人ホーム 南東北ロイヤルライフ館
- ケアハウス 南東北ライフケア館
- 南東北日和田デイサービスセンター
- 南東北日和田ホームヘルパーステーション
- 南東北日和田居宅介護支援事業所
- 南東北日和田居宅介護支援センター
- 日和田・西田地域包括支援センター（郡山市委託事業）
- 障がい者支援施設 南東北さくら館
- 通所事業所 南東北さくら館

総合南東北福祉センター

～秋祭り～

10月20日(金)に、総合南東北福祉センターの秋祭りを開催しました。

4年ぶりの開催となった“祭り”ですが、今回は規模を縮小して、参加者は利用者さんとそのご家族様のみとし、時季も夏から秋に変更して開催しました。

規模は縮小しましたが、NJIの協力による『焼き鳥』『綿あめ』などの食べ物や『スーパーボールすくい』『射的』のゲームの模擬店に加え、きのご総合センターによる無料の『きのこ汁』やジョブステップ八山田の『パン』の販売など10以上のテントが並び、参加者も200人を超え、大盛況となりました。また、ステージではボランティア『紙ふうせん』の余興や、豪華景品が当たる大抽選会も開催し、こちらも盛り上がりしました。

会場には、久しぶりの祭りを楽しむ参加者の笑顔があふれていました。



最新情報はホームページに掲載！

総合南東北福祉センター

ホームページ <http://www.kaigo-hiwada.com>



障がい者支援施設 南東北さくら館

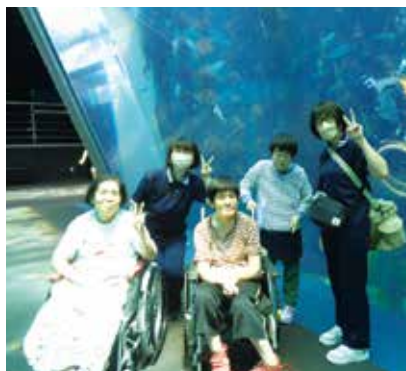
～海鮮丼よりカツカレー～

9月28日(木)に、外出支援でいわき市の水族館に出かけました。

水族館では、三角水槽の中の通路を通りながら「すごいね!」「きれいだね!」と水槽をまじまじと見つめ、普段は見られない魚の泳ぐ姿を楽しんでいました。

水族館の後は、ご飯! 海の近くなので職員は海鮮丼を勧めましたが、利用者さんは「カツカレーがいい」と海鮮丼には目もくれず、カツカレーをほおばっていました。

食後はみんなでお買い物。お目当てのTシャツが無くがっかりしている利用者さん、好きなキャラクターのぬいぐるみがあり喜んでいる利用者さんと、施設にいる時とは違った色々な表情を見ることができました。職員にとっても、楽しく有意義な外出支援となりました。



ケアハウス 南東北ライフケア館

～個性が出るね～～



9月30日(土)と10月7日(土)の2日間、文化祭に出展する作品の創作活動を行いました。

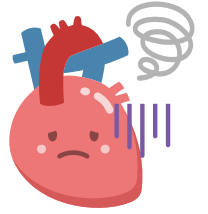
今年は、段ボールを使用した『フォトフレーム』に挑戦です。

初めに、フレームになる段ボールに千代紙やフェルトを貼り付けます。「秋だから、この色にしようかな」「キラキラしている折り紙も素敵だね」と悩みながら進めていきました。次に、フェルトを使用してバラの花を造ります。花の中央には、パール色のビーズをのせました。フォトフレームを、作ったバラの花やまつぼっくり、タイルガラス、ドライフルーツなどで装飾したら完成です。

完成したフォトフレームを手に「個性が出るね～」「とっても素敵だね」「参加して良かった」と話し、出来栄に大満足な様子でした。

ワンポイント リハビリ

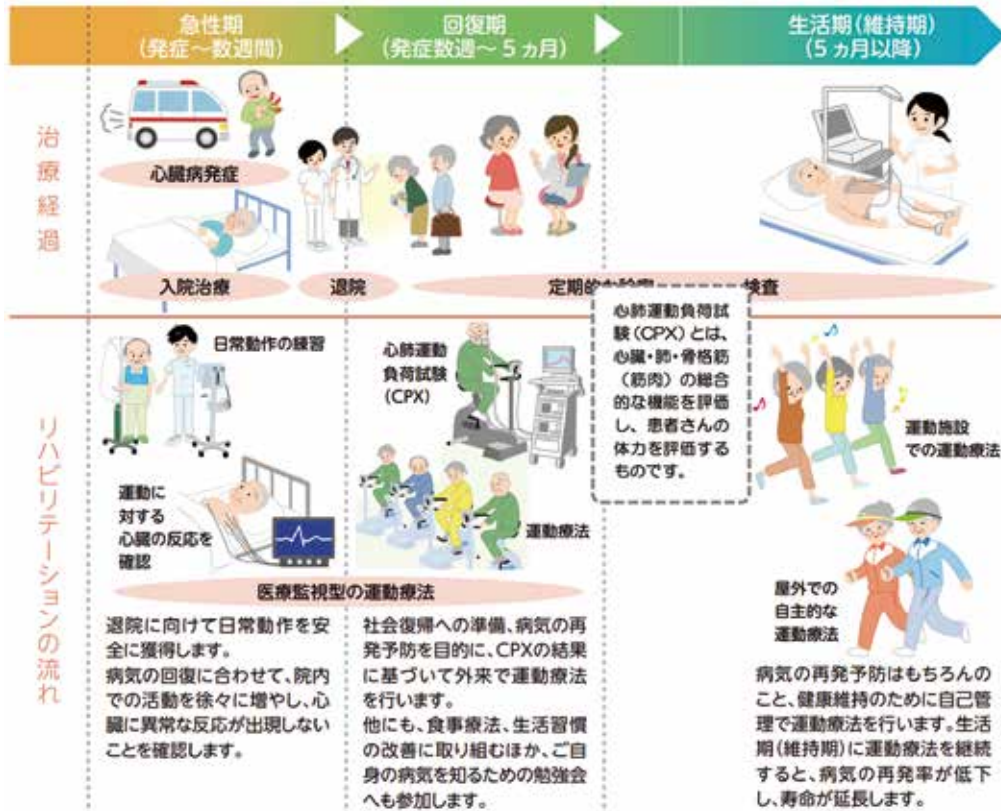
心臓病を予防しましょう！ ～④心臓リハビリテーション～



◆心臓リハビリテーションとは

心臓リハビリテーションとは、心臓病の再発を予防するための取り組みで、自分の病気を知ることから始まり、運動療法、再発危険因子の管理、心のケアなどを行います。患者一人に対して、医師、理学療法士、看護師、薬剤師、公認心理師など多くの医療専門職が関わることが、心臓リハビリテーションの特徴です。

◆心臓リハビリテーションの流れ



栄養相談

- ・食べすぎない
- ・脂肪はとりすぎない
- ・食物繊維は多く

心臓病教室

ご自身の病気を正しく理解しましょう

面談

不安なことはありませんか？生活習慣について見直しましょうね

右図を参照

＜参考資料＞理学療法ハンドブック シリーズ 4 心筋梗塞・心不全
公益財団法人日本理学療法士協会発行
総合南東北福祉センター 理学療法士 大内勇人

次回は、心臓病の予防(運動や薬、食事)についてお伝えしていきます。

相談室より

給付券とはどんなもの？～対象者及び助成額～

高齢者日常生活用品の給付について

介護保険の要介護認定を受けている65歳以上の在宅高齢者等に、介護用品給付券を支給し、紙おむつなどの介護用品の購入費用を助成します。申請の際は、担当ケアマネジャーが高齢者あんしんセンターの職員による証明を受ける必要があります。なお、介護用品給付券と家族介護用品給付券の併用はできません。

給付券の種類及び助成内容、対象になる方について

種類	助成内容	対象者
介護用品給付券	・1枚につき3,000円 ・年12枚を限度として交付	要介護1～5に認定されていて、かつ 市民税が非課税の方
家族介護用品給付券	・1枚につき6,000円 ・年12枚を限度として交付	要介護4、5に認定された高齢者を介護していて、かつ 同居者全員の市民税が非課税の方

- ・助成対象となるのは在宅の方に限られます。入院中の方や介護保険施設等(特別養護老人ホーム、介護老人保健施設、介護療養型医療施設、養護老人ホーム)に入所の方は該当しません。
- ・介護用品給付券及び家族介護用品給付券は、重複して交付を受けることはできません。
- ・券面額以下の会計時にも使用できますが、つり銭は出ません。
- ・給付券で購入できる品目は限られています。

※介護用品給付券は金券です。紛失しても再発行できませんので、取り扱いには十分ご注意ください。

お問い合わせ

南東北日和田居宅介護支援事業所・南東北日和田居宅介護センター
日和田・西田地域包括支援センター

☎024-958-4551
☎024-958-6878

通所介護 南東北日和田デイサービスセンター

～お寿司！食べてきました～

10月11日(水)と14日(土)に外食ツアーに出かけました。新型コロナウイルスによる自粛が緩和されてから、初めての外食ツアーです。今回は「お寿司!」。本宮市の回転寿司店で食事をしました。天気にも恵まれ、秋晴れの快晴! ドライブをしながら到着です。

店内では、皆さん好みのお寿司を選んで舌鼓を打っていました。「楽しみにしていたんだ」「ホタテが食べたかったんだ」「やっぱりうまいね」と、久しぶりの外食ツアーを満喫していました。お腹いっぱい、笑顔もいっぱい、大満足の外食ツアーとなりました。

一度に参加できる人数には限りがあるため、今回は泣く泣くあきらめた利用者さんもいました。これからは、外食ツアーの回数も増やしていきます。



サツマイモの甘煮

便秘改善に
おすすめ

【材料(4人分)】

サツマイモ 300g(2~3本)
金時豆水煮 150g
砂糖 30g
みりん 15g
塩 ひとつまみ
しょう油 5g



【作り方】

- ①サツマイモは輪切りか半月切りにする。
- ②鍋にサツマイモがかぶるくらいの水と砂糖、みりんを入れ、落とし蓋をして火にかける。
- ③沸騰したら弱火にする。サツマイモが柔らかくなったら金時豆を入れて、5分ほど煮る。塩、しょう油を加え煮汁が少し残る程度に煮て完成。



日和田見聞録 2023年11月1日発行

■ 発行/社会福祉法人 南東北福祉事業団
総合南東北福祉センター広報委員会
郡山市日和田町梅沢字丹波山3-2 ☎024(968)1010
E-mail: st.welfare@mt.strins.or.jp
■ 印刷/石井電算印刷株式会社

11月 イベントカレンダー

総合南東北福祉センター

11月1日(水) 文化祭(打ち上げ花火)

南東北ロイヤルライフ館

11月18日(土) クッキングクラブ
11月22日(水) 外出ツアー
回転寿司

南東北さくら館

11月6日(月)・11月17日(金) 買い物ツアー
11月22日(水)・11月26日(日)
11月15日(水) 小旅行「アクアマリンふくしま」

11月24日(金) 買い物イベント
11月29日(水) おやつイベント
11月30日(木) 回転寿司
外出支援

南東北日和田デイサービスセンター

11月1日(水) 文化祭表彰式
11月6日(月)・11月10日(金) 外食ツアー
11月6日(月)～11月11日(土) セレクトシャンプー
飲み物フェア(抹茶ミルク)
11月20日(月)～11月25日(土) 漢字クイズ
11月24日(金) お寿司の日

通所事業所 南東北さくら館

11月1日(水)～11月8日(水) 運動会「曜日対抗玉入れ」
11月9日(木)～11月17日(金) カラオケ大会
11月18日(土)～11月23日(木) カウントバレー
11月24日(金)～11月30日(木) クッキング「焼き芋」

南東北ライフケア館

11月1日(水) 文化祭表彰式
11月5日(日)・11月26日(日) 映画鑑賞会
11月9日(木) 健康教室「難聴とは」
11月19日(日) カラオケクラブ