

# となみ広報誌



## 「新春の挨拶」

となみ療護園総合施設長 小川真至

皆様におかれましてはお健やかに新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。

さて、昨年から新型コロナウイルス感染症予防対策により、利用者様ご家族はじめ関係者の皆様には制約のお願いとご理解ご協力を頂いておりますことを厚く御礼申し上げます。

感染収束についての予測は今のところ専門家でも言及できません。世の中の経済動向が及ぼす私たちの生活変動が心配されることであり、今後も予測外・想定外の事が出てくると思われれます。しかしながら人類の歴史は、いかなる過酷なことがあっても努力により乗り越えてきた経験があります。私たちはこのことを信じて「今やらなければならぬこと」「今できること」を確実に実行し、職務遂行する所存であります。

当たり前ではありませんが「安心安全の生活環境をつくる」大切さを再認識し、このことを新春の抱負とします。どうぞ本年もよろしくお願い致します。

発行所  
住所  
TEL  
ホームページ

社会福祉法人 明和会 となみ療護園  
青森県むつ市大字田名部字赤川ノ内並木14番245  
0175-33-1100 (FAX 0175-33-1200)  
<http://www.tonami.or.jp> メールアドレス [tonami@tonami.or.jp](mailto:tonami@tonami.or.jp)

令和3年3月10日 発行66号







# 横迎町ホーム通信



じゃんけん パー！！  
勝った！！私の一人勝ち。

楽しいひと時を過ごしました。

今年も横迎町ホーム通信を宜しくお願ひします。  
新型コロナウイルスの影響で、入居の皆様は正月帰省が出来ませんでした。全員体調不良もなく新年を迎えました。昨年の12月は外出が出来ない状況なので、クリスマス会&誕生会をホーム内で実施しました。クリスマスに何が食べたいかアンケートを取り「ケンタッキ」と「ケーキ」と言う意見が多かった為、昼食に合わせて、職員が準備したところ、皆さん大変喜んでいました。ビンゴやじゃんけんなど余興やゲームをして、感染症予防対策のため限られた時間ではありましたが皆様



## 横迎町ホーム 元気に頑張っています！！



### 12月お誕生日者



鬼は外！！  
福は内！！  
コロナは撃退！！



令和3年2月2日、豆まきを行いました。今年は、124年ぶりに2月2日の節分で、「節分とは邪気や悪いものを落とすとして、新しい年に幸運を呼び込むこと」ですが、それに加え、今年は新型コロナウイルスに感染しない事を願ひ職員が鬼に扮し、豆をまきました。



## コロナに負けるな！！

# 通所誤嚥予防のために

生活支援員 脇江さとみ

「コロナ禍により、自粛生活が続く中で「三度の食事」があると思います。食事をおいしく食べていただくため、通所部では昼食前に、嚥下体操を行っています。食べるために必要な口の筋肉を鍛え、咽を予防する意味もありますが、免疫力も上がり、病気を予防するトレーニングにもなるのです。今は個別に取り組んでいますが、みなさんもぜひ一緒に口の体操に参加してくれたら嬉しいです。



# 居宅同行援護について

ホームヘルパー 飛内由美子

「同行援護サービス」とは、移動に著しい困難を有する視覚障害のある方が外出する際、資格要件を満たすための研修を受講したホームヘルパーがご本人に同行し、移動に必要な情報の提供、移動の援護、排泄、食事等の介護のほか、ご本人が外出する際に必要な援助を行います。



# ハダリ舌のトレーニングについて

機能訓練指導員 菊池恵美

私たちの舌は「呼吸する」「食べる」「話す」という人間が生きる為に不可欠な3つの活動を支えています。ほぼ筋肉でできている舌は重さ200gあります。舌を鍛えて健康に保つのが「舌トレーニング」です。やり方は簡単で「あ、い、う」と口を大きく動かした後、「べー」と舌を3回思い切り下に伸ばすだけです。1日30回を目安に行う事で舌の筋肉を鍛えることができます。



# 医務 マスクの正しい使い方

看護師 西山多貴江

マスクをしている時は、息苦しい、会話をするとずれてくること等ありません。そのままにしていると感染リスクを高めてしまいますので正しいマスクの使い方を意識しましょう。

**-マスクの正しい使い方-**

1 バックジでマスクの表と裏を確認する  
2 マスクを鼻の形に合わせて隙間を防ぐ  
3 マスクを下まで伸ばし顔にフィットさせる

パッケージが正しい場合は...  
見分け方の目安-フリップ側-

1. フリップが一方自由 → 下向きの方が表  
2. フリップが上下にある → 上げた状態で山側が表

NG マスク装着例  
鼻が出ている  
口が出ている

# 給食 節分の日の行事食

栄養士 佐々木優子

節分と言えば、2月3日と認識していた人がほとんどですが、今年の節分は124年ぶりに2月2日でした。当園でもこの日は、恒例のり巻き、けの汁、菜の花辛子和え、チョコプリンのメニューでした。まだ寒い日が続きますが、利用者みなさんには毎日の食事をしっかりと摂っていただけるようにメニューを考案していきたいと思えます。



# 職員定年退職

令和3年3月末日をもって、となみホームヘルプセンターの飛内由美子さんが定年退職されます。

平成17年に入職され、当法人の居宅介護事業創設メンバーとして貢献し、ホームヘルパー筋で活躍していただきました。今後先輩を見守っていただくようお願いいたします。長い間お疲れ様でした。





# 大湊興業様 寄贈

令和3年2月

大湊興業株式会社(代表取締役 濱崎正明様)より  
空間除菌消臭装置を7台寄贈していただきました。  
感染症対策が注目されている今、有効に活用させていただきます。



空間除菌消臭装置エアロピュア



# 大曲青葉会様 寄贈

令和2年2月

大曲青葉会(代表 佐々木満 様)より布巾を寄贈していただきました。皆様おひとりおひとりの心がこもった手作り布巾は有効に活用させていただきます。毎年ありがとうございます。ございます。



# 海上自衛隊海曹会様 寄附金

令和2年12月 海上自衛隊海曹会様より寄附金を頂き、オーバートーブルを購入しました。食事介助や水分補給時に活用しています。



# 蓄電池 寄贈

令和3年1月 匿名希望の方により蓄電システムを3台寄贈していただきました。

ただいま。停電発生時への備えとして配置して、万一の災害時でも施設利用者が安心できるように活用させていただきます。



可搬型蓄電システム POWER YIILE3

## となみニューフェイス!

氏名 津島友輝  
所属 となみ療護園宿直員  
令和2年11月より勤務しています。

