



おみせやさんごっこ「なりきり写真館」

社会福祉法人こうほうえん
新砂ライフ
【70号】

2022 年
3月

『いつまでも元気でいるために』 ～靴が原因で転倒？～

東京都の調査によると、転倒した高齢者の38.5%の方は履物が原因だったという回答がありました。特にスリッパやサンダルは脱げやすいため転倒の危険が高まります。また靴底がすり減っていたり、足に合わない靴を履いていることでバランスを崩しやすくなり転倒の原因となります。

～転倒しにくい靴を選ぶポイント～

① 自分が履いてみて軽いと感じるもの

加齢によって足の力が弱くなれば、靴が重いと足を上げることが難しくなり、すり足状態になることで、ちょっとした段差にも躓きやすくなります。

厚生労働省は「転倒防止に有効な安全靴」の条件として、1足あたり900g以下と提唱しています。

履き口が大きく開くもの。
留め具はファスナーやマジック
テープだと脱ぎ履きが簡単

② つま先がやや反り上がったもの

つま先の巻き上げ部分に高さ（上カーブ）があることで、ちょっとした段差やデコボコした路面でも躓きににくくなります。

③ かかとの部分がしっかりしている

脱げやすさを防ぐために、足首やかかとをしっかりと支えることができるもの、踏んでもつぶれにくい硬さのものが望ましいです。

④ 開口部が広い（脱ぎ履きが簡単なもの）

靴の上側は大きく開くと、脱ぎ履きが楽に行えます。またファスナーやマジックテープでとめることができるものは、紐のような煩わしさがなく簡単に脱ぎ履きができます。

※自分に合った靴を選ぶことで歩きやすくなり、転倒を予防し安心して安全に外出することができます。外出を楽しんでいつまでも元気に過ごしましょう!!



『福祉用具専門相談員とは』・・・？

福祉用具専門相談員とは、福祉用具を利用する人に対して選び方や使い方を説明したり、アドバイスしたりする専門職です。介護保険サービスを利用している人は、さまざまな病状を抱えています。その方たちに対して、ケアマネジャーや関係職種と協力しながら最適な福祉用具を選定・提案し、自立した生活をサポートすることを役割としています。

【選定相談】

利用者の体の調子や心の状態、使用環境を把握したうえで、どのような福祉用具が必要かを考えます。車椅子や電動ベッド等、介護保険でレンタル可能な商品は13品目3000種類を超える中で、一人ひとりに適した福祉用具を選ぶサポートをします。

また、レンタルに加え介護保険が適応される「特定福祉用具の購入」や「住宅改修」を組み合わせながら、最適な環境設定を提案して行きます。

【適合・取扱説明】

福祉用具を利用者の体の状態や使用環境に合わせて調整します（適合）。また、福祉用具を安全に、正しく、有効に使っていただくために取扱方法の説明を行います。

【モニタリング（訪問確認）】

利用者宅を定期的に訪問して、福祉用具の点検や利用状況の確認をします。導入以降も継続して心身状況の変化や希望に応じて、随時、内容の見直しや再選定を実施します。

保育園 より・・・

2月22日 お店屋さんごっこ ぞう組モールようこそ！！

ぞう組（5歳児）の子どもたちがアイデアを出し合って作った体験型パーク！！なりきり写真館やくじ引き屋、ゲームコーナーなど・・・盛りだくさんの内容で、みんなをたのしませてくれました。



なりきり写真館 ご利用の方はこちらに カードを差してください



くじびきやさん
素敵な景品を用意していますよ

ひな祭り

ひな祭りメニュー

- ・キーマカレー
- ・ポテトサラダ
- ・洋風スープ
- ・イチゴ



ホールに飾られている七段飾りのひな人形。三人官女や五人囃子の飾りに興味津々の子どもたち。顔をそっと近づけて見る姿が可愛らしかったです。雛飾りの前でスタジオアリスのカメラマンに写真を撮ってもらった後は、各保育室に戻ってひなまつり会を楽しみました。



2月19日 応急救護訓練をおこないました （新砂保育園職員）

城東消防署砂町出張所の消防士さんにAEDの使い方や心肺蘇生法、誤飲時の対処法を教えて頂きました。（年1回実施）



クローバーだより



～ 子育て支援 「ほかほかひろば」からご案内 ～

今年度のほかほかひろばは全て終了しました
一年間ありがとうございました！！



来年度も是非遊びに来てくださいね
お待ちしております！！

Q & A

今月のテーマは

花粉症です



Q. 子どもでも花粉症になるのですか

花粉にさらされたときに抗体ができると、次に花粉に暴露した時にアレルギー反応をおこしますので、乳児でも発症することがあります。

Q. 子どももおとなと同じような症状ですか

小さい子供が言葉で表現することはなかなか難しいため、続けて起こるくしゃみ、水様の鼻水、鼻閉で眠れない、夜に何回も起きる、目をこする、耳の中をかゆがる、イライラしているなどの症状に大人が気づいてあげる必要があります。雨の日には症状が少ないですが、晴れた風の強い日には症状が強くなるため、保護者の方が花粉症だと気が付くのが早いようです。

吉村小児科院長・日本小児科医会常任理事 内海裕美
～教えて園医さん Q&A



これから1ヶ月の行事カレンダー

3月 3日(木) ひなまつり

7日(月) おはなし会(4・5歳児)

12日(土) 就学祝賀会

14日(月) おはなし会(2・3歳児)

17日(木) お別れ遠足 ※予定

18日(金) 誕生会

22日(火) 交通安全指導(4・5歳児)

24日(木) お別れ会

4月 5日(火) 春の遠足(5歳児)

11日(月) おはなし会(4・5歳児)

15日(金) 誕生会

16日(土) 全体保護者会

クラス懇談会

25日(月) おはなし会(2・3歳児)

26日(火) 子どもの日おたのしみ会

御寄附をいただきました

ニュートリー株式会社 (五十嵐様)

- ・紙コップ
- ・コピー用紙

御寄附を頂きました。保育園で大切に使用させていただきます。
有難うございました。



「新砂ライフ」 社会福祉法人 こうほうえん 通信 第70号 2022年 3月

発行=新砂こうほうえん 〒136-0075 東京都江東区新砂3-3-11 (代表 TEL 03-5677-1331)

1階・2階 保育園 (TEL 03-5677-1332) 病後児保育室おひさま (TEL 03-5677-1725)

3階 多機能ホーム新砂 (TEL 03-5677-1333)

3階 シルバーステイ (TEL 03-5677-1337) 4階 グループホーム新砂(TEL 03-5677-1336)

～ 2021年度 こうほうえん スローガン ～

レジリエンスで元気な職場

感性磨くアウトカム

変化を楽しむ new Life

笑顔でつなぐ チームの和



社会福祉法人 こうほうえん

多機能ホーム新砂より・・・

2/14はバレンタインデーということで『チョコレートフォンデュ』に挑戦しました。

チョコレートフォンデュとはチョコに果物等をつけて食べるものですが、今回はイチゴ、バナナ、パイナップルと白玉につけて食べてみよう！ということになりました。



まずは白玉づくり。今回は「豆腐白玉」というものを作りました♪

一般的な白玉というのは粘り気があり噛み切りにくく、特に高齢の方は喉に詰まる恐れがあります。そこで白玉粉に豆腐を混ぜて作りました。こうすることで柔らかく噛み切りやすく、つるんと喉に入っていくのです。

次に果物を食べやすい大きさにカットしていきました。皆様、慣れた手つきで淡々と切っていきます。あっという間に切り終えました。

そして板チョコと牛乳を混ぜて温めて溶かしていくと、、、とろとろのチョコレートソースができました！

さあこのチョコを白玉と果物につけて食べていきましょう！

お味は・・・ 「美味しい！！」

皆様よく召し上がられていました♪ やっぱり甘いチョコは大好きです♪

ハッピーバレンタインになりました♡



シルバーステイ(緊急ショートステイ)より・・・

【活動報告 2月3日節分レク】



今年の節分は、紙芝居「うみにしずんだおに」と鬼退治のレクリエーションを行いました。

紙芝居は職員が読み聞かせを行い、ご利用者に聞いていただきました。あまり無い機会だったので、じっと聞き入っている様子でした。そして本来節分といえば豆まきなのですが、今回は豆まきの代わりに簡単なゲームをしました。鬼の絵（ペットボトル）に向かってお手玉を投げて倒すという内容です。多くのご利用者が参加して下さり、とても盛り上がりました。最後はおやつに鬼の顔のケーキを食べて終了でした！

【高齢者向け紙芝居で認知症予防】

紙芝居には認知症ケアとしても効果があるとされています。高齢者の方々が紙芝居の物語を見て子どもだった時や青春時代だった時の事を思い出し、感動や喜びを思い出すことで他人とのコミュニケーション意欲につながります。また、紙芝居を聞くことで集中力や脳の活性化が期待できます。そしてそこから生活意欲にもつながっていく「回想法」という認知症ケアの一つになります。

グループホーム より・・・



寒さも一段落し、ようやく桃の節句の季節となりました。

新年を迎えた途端に感染症が再び猛威を振るい、グループホームの活動も外出や面会が制限される日々を過ごしてきました。季節の行事や機能維持の体操など工夫しながらご利用様様の大切な1日、1日を笑顔で穏やかな時間となるように支援を続けています。

2月の活動

節分・・・コロナ感染の終息を願って豆まきをしました☆



♡バレンタインデー ～バナナやカステラにチョコをた～ぷりつけて♪
チョコレートフォンデュ楽しみました☆



風船バレーで今日も元気に♪

苗植え・・・花や苺の苗を植え、毎日交代で水やりをしています。



【職 員 研 修】

看取り研修、虐待防止・尊厳保持研修を受講しました。

1人ひとりの人格、人間性、価値観を尊重し、その人の人生を知り、人生を受け止めたより良い人生のお手伝い（互敬互助より）の気持ちを大切により良いサービスが提供できるよう日々学んでいます。