

うららか 多文化共生社会 を目指して

少子高齢化に伴い、医療・介護人材の不足が深刻化しています。うららでは地域情勢を鑑み、数年前より外国人介護職員の雇用を進めてきました。入職された皆さんは笑顔で丁寧なケアを提供して下さい、私たちも外国の皆さんとの関わりの中で多くの学びがあります。しかし、利便性や賃金、転職を理由に特に地方において雇用定着が課題となっています。当法人においても買い物などの生活支援はもちろん、地域の皆さんからも多くのお力添えを頂いていますが、支援機関のサポートも定着のためには重要です。昨年、本楯地区に支援機関ジェー・オー・ピー協同組合山形営業所が設立され、そこから紹介頂いた4名が内紛や大地震など国内情勢が安定しない中、ミャンマーから来日されました。8/8には酒田市内で開催された夏祭りに参加して頂き、国際交流サロンで提供して下さいった初めての浴衣を着て、日本の夏のひと時を楽しめたようです。

雇用主と支援機関、地域や行政間との課題共有、協働で取り組むことが多文化共生社会の構築を目指す上で大切です。引き続き、外国の皆さんが日本での生活、就労を不安なく継続して頂けるようサポートしていきたいと思ひます🌍。
(矢島 慎也)

皆さんにインタビュー！
参加してみて
いかがでしたか？



左から エーさん、メイさん、ニンニンさん、カインさん
初めての日本の浴衣、皆さん似合っていますね🌟。

左：エーさん
綺麗な浴衣を着せてもらって嬉しかったです。お弁当を食べてジュースも頂きました。

中央左：メイさん
セルビア、インドネシアの方と国の政治、有名人のこと、独身かどうかなど話すことができて楽しかったです。

中央右：ニンニンさん
ベトナムや中国の方など20人くらい参加者がいて、ベトナム人のお友達ができました。

右：カインさん
酒田甚句の踊りを教わりました。2回目の方がうまく踊れて楽しかったです。



ジェー・オー・ピー協同組合 山形営業所 富樫 繁氏 よりメッセージ

7月20日、私が生まれ育った本楯に4名のミャンマー介護職員が無事に到着しました。4名の若い力でうらら様と地域に貢献できるようにこの本楯で支援して参ります。



お知らせ

9月16日(月)より、

面会方法が一部変更されます！

- ▶ 面会可能時間：午後2時～5時
- ▶ 入室時間：面会時間内であれば
時間制限なし
- ▶ 人数制限：1回に面会いただく
人数の制限なし
- ▶ 外出：事前にご相談ください
- ▶ 外泊：事前にご相談ください

尚、感染状況によっては対応を変更する場合がございます。
予めご了承ください。ご不明な点がございましたらうららまで。

完成！



入所ご利用者の皆さんで夏夜の花火の
オブジェを作りました★ 迫力が伝わります。

「お心遣い」に感謝。

- ・入所をご利用頂きましたK様ご家族より綺麗な
フラワーアレンジメントを
頂きました。
- ・通所ご利用のM様ご家族
より、お手製の美味しい
梅干しを頂きました。



あじさい棟の朝顔
夏を感じますね🍉



うらら通所畑の赤シソと青シソ
こんなに大きくなりました！

材料(2人分)

- キャベツ 1/4個
- ニラ 1/2束
- 豚バラ薄切り肉 200g
- ニンニク 2片
- 鶏ガラスープの素 大さじ1
- 味噌
- A 醤油
- みりん
- 水 600ml
- 塩、胡椒、ごま油 各少々
- 好みで白すりごま適量

豚バラスタミナ鍋

●作り方●

- ① キャベツとニラはザク切りに、豚肉は食べやすい長さに切る。ニンニクは薄切りにする。
- ② フライパンにAを入れ、て混ぜ、キャベツを入れ、上に豚肉を広げ、ニラとニンニクをのせる。蓋をして中火にかけ、5～6分煮る。
- ③ 塩、こしょう、ごま油を加え、好みですりごまを散らして完成！

(うらら栄養・調理科)



ニンニク入りで
疲労回復😊

うらら栄養ケアルーム

今年の夏はまだまだ暑さが続きそうですね。連日の暑さに夏バテ気味の方もいらっしゃるのではないのでしょうか。そんな夏の疲れを吹き飛ばすメニューをご紹介します！

豚肉にはビタミンB1、ニラにはアリシンが多く含まれ、疲労回復に効果的です。また、キャベツにはビタミンCや、ビタミンK、葉酸が多く含まれ、免疫力向上や美肌効果も期待できます。

言語聴覚士ってどんな仕事？

今回は言語聴覚士の仕事についてご紹介します。言語聴覚士とは話す・聞く・食べることに関するリハビリを専門とする職種です。病院や施設で、失語症や構音障害など言語障害の方のリハビリをしたり、高齢者や病気で食べ物や飲み物がうまく飲み込めない人に対し嚥下訓練を行います。特にうららでは食事に関わる嚥下障害への対応が多くなっております。毎日利用者様の食事の様子を見て回ります。むせがある方には飲み込みの機能を評価し、安全に食べられる姿勢や食形態、食具などの提案に加え、必要な方には飲み込みの筋肉を鍛える訓練を行います。利用者の皆さんが誤嚥せずおいしく食事をとれるように支援していくのが役割となっています。



vol.14 プライベート ワタジはなし

◆介護福祉士 川俣 京平さん

私は何もない休日には、気の向くままにドライブに出掛けることがあります。ノープランで、行った先で何かしらを見つけて遊んだり食べたりといった感じです。また、運転の疲れを癒やす手段として、近場に日帰り入浴の出来る温泉やスーパージョウロウなどに立ち寄ることもあります。ガチガチにプランを組んだ旅行ほどしっかりしたものではなく、日帰り程度の気ままな小旅行に出るのも、気分転換にオススメです。



通所リハの初挑戦！

竹とんぼ作り

通所リハビリでは11月の本栖コミセン祭りに向けた作品作りを進めています。昨年はエコバックやアクリルたわしなど裁縫の作品が多かったのですが、裁縫が得意な女性の利用者の方々を中心に制作を行っていました。今年は新たな風を吹かせようと、男性を中心に「竹とんぼ作り」に挑戦しています。より長く、より遠くに飛ばせる竹とんぼが作れるように動画を研究したり、利用者の方の意見を聞きながら試行錯誤しています。昔の定番の遊びを今の子ども達にも楽しんでもらえるように「竹とんぼ作り」頑張ります！（武田 駿平）



遠くまで飛ばせがな〜

職員募集中です！

募集職種▶【急募！】管理栄養士、調理師、看護師（准看可）、介護職員、理学療法士、作業療法士、社会福祉士支援相談員、介護支援専門員
お問合せ▶ 老健施設うらら 日下部

CHECK!!

ブログやってます

うららのホットな話題をお届けしています😊
QRコードから覗いてみて！



ほくぶ通信



災害時の清潔とお口の健康

災害時に心がけたいことのひとつは「清潔」です。災害が発生すると、避難所や在宅での避難生活では普段と同じ生活ができなくなることがあります。いつも以上に衛生面での注意が必要です。

また、「感染症」から身を守ることも重要です。災害時に物を片付けたたり、人が集まる避難所の手すりやドアに触れたりします。手指の清潔が保たれていないと、手についた細菌やウイルスが口に入る可能性があります。手や指の清潔を心がけましょう。



備えておきたい！

「清潔ケア」用品

「水なしで使える」ものが役立ちます。

・すり込むだけの

手指用の消毒液や

消毒ジェル

・アルコール入りの

お手拭きシートや

ウェットティッシュ



指先、爪の間、手の甲など汚れが残る易いので注意！

口の健康を守ることは命を守ること



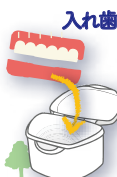
「口は感染症の入り口」と言われます。災害時でもお口の健康を守ることは大切です。お口のケアグッズを非常用の持ち出し袋に入れておきましょう。洗口剤、口腔用や入れ歯の洗浄シート（水がなくても口内を清潔に保てます。）刺激の少ないノンアルコールタイプがおすすめです。



入れ歯とケアグッズ

とにかく持ち出す！

入れ歯がないと食べるのはもちろん誰かと話すときにも困ります。入れ歯とケアグッズを非常時の持ち出し袋に入れておきましょう。また、ご家族は避難の際に一声かけるようにしましょう。透明なケースにすると誰が見ても「入れ歯」だと分かります。入れ歯をティッシュで包むと、ゴミに紛れてしまう可能性があります。ためラップのような透明なものに包みましょう。



備えあれば憂いなし！

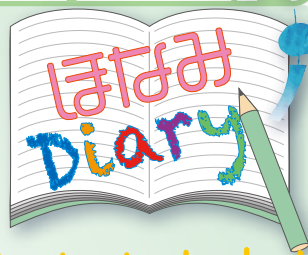
災害時の清潔とお口の健康のために清潔ケア用品を備え、年に一度は非常用持ち出し袋の中身を見直しましょう。

（参考資料：高齢者支援課 災害時のための清潔&健康）

お問い合わせ
& お電話は
こちらへ

担当 佐藤（涼）
淵田 ◆ 佐藤（真）

TEL (28) 2002



8月13日、ほなみ夏祭りが行われました。内容は事前に自治会で話し合い、祭りの雰囲気味わえる食べ物として「かき氷」「焼きそば」を夏祭

りメニューで楽しみました。ほなみのホールを提灯で飾りつけ、花笠音頭の音楽が流れると入居者の皆さんの気分は一気に夏祭りムードに。

夜には本楯保育園の打ち上げ花火もあり、ラジオで可愛い園児の皆さんの声を聞きながら夜空に輝く大輪の花火も見ることが出来ました。始終感動の声と笑顔で溢れた時間となりました。（石垣 裕美）

ほなみ恒（91）7123



やっしょ！まかしょ！



入所の利用者様より助言を頂きながら、うららの敷地でトマトを育てています。もったいない症の私はトマトの脇芽を捨てられず、植え替えて育て、無限にトマトを作ろうと目論んでいましたが、今期の雨不足で水やりも追いつかず、皮の硬いトマトになってしまいました。野菜作りの難しさを痛感しながらも来年への期待が膨らんでいます。（本間 絵理）

編集後記