



入居者の日常生活をスナップ写真にまとめてみました♪



2015.1.26
入居者作業中♪
カラダファミリー1階（平良卓エツリが発信）



2015.1.29
沖縄本島北部 八重岳桜祭り行って来ました。
当初インフルエンザ等あり、延期をしようかと考えていたが・・・
逆にどこにも出られず、ストレスを感じている様子あったので、思い切って出掛ける事にしました。
良い天気にも恵まれ、利用者さんの笑顔も満開となりました。
（平田いづみ介護支援専門員発信）



2015.2.2
沖縄県指定介護職員初任者研修実技研修実施。
今回の受け入れは、9人全員が座学を終了して今回の「実技研修」となっております。
向学心のある素晴らしい職員になることは確実です！



2015.1.30

平成26年度第4回理事会・評議員会のお弁当♪
施設 管理栄養士・栄養士が手作りです。感謝！！

入居者の笑顔と職員の頑張りをご覧ください

高齢者に関することは何でもお気軽にご相談下さい

- 特別養護老人ホーム 東雲の丘 定員『100名』“完全個室型”のユニットケアが特徴です
- 東雲の丘 グループホーム 定員『18名』“完全個室型”の認知症ケアが特徴です
- 在宅型有料老人ホーム マチュピチュ 定員『20名』自立から要介護までどなたでも入居できる施設です
- 東雲の丘 デイサービスセンター 年中無休で『通い中心に』在宅生活を支える事業です
- 東雲の丘 ショートステイ 年中無休で必要に応じて『泊り』が出来る事業です
- 東雲の丘 配食サービス事業 管理栄養士の献立のもと朝・昼・夕と毎食配達が出来ます
- 居宅支援事業所 東雲の丘 介護保険に関する事を利用者の立場でケアプランを作成します
- しのめ小規模多機能型居宅支援事業所 『通い』を中心に『泊り』や『訪問』のサービスが受けられます
- サービス付き高齢者住宅ハナミズキ 定員『18名』60歳以上の虚弱な方から利用できます
- しのめ介護相談センター（イオンタウン店） 「相談して安心した♪」をモットーに分かりやすく無料で行います

特別養護老人ホーム 東雲の丘



098-946-2051

もっと詳しく！料金のことや日々の出来事がわかります！
<http://www.kenshoukai.or.jp/> または“東雲の丘”で検索！

〒901-1203 沖縄県南城市大里字大城1392番地

第38号 しのめライフ 2月号

「しのめライフ」は社会福祉法人 憲章会の最新ニュースを毎月10日に発行しております。

平成27年2月4日 第1回東雲の丘介護職員初任者研修修了式を東雲の丘コミュニティーホール アクロポリスで開催致しました。
昨年11月から開始した研修内容は、介護知識を習得する座学に加え、実際に介護現場を体験する実習と・・・合計300時間の長時間初任者研修でした。
その主人公である9名の研修者は各々個性派揃い。300時間共に学び互いに切磋琢磨しながらベストチームに成長しました。
さあ！これからは介護支援のプロとして高齢者介護支援を提供して行きます。



介護初任者研修は「キャリアアップ助成金」(注1)の認定を受け運営するものです。
お給料を頂きながら指定する講座を受講し業務遂行に必要な基本的な知識と、介護保険法ほか関係法令の専門的な知識を三カ月の期間学び「介護職員初任者研修修了資格」を取得するものです。

注1：3ヶ月程度、お給料を頂きながら介護の事を深く学び介護現場において即戦力となる人材育成を行う制度

※平成27年4月 第2回東雲の丘介護職員初任者研修開催予定
「介護の勉強をしながらお給料がもらえ、資格が取れます。」
企画・運営担当：JICE 人事派遣企画室長 宮平修
研修実地担当者：社会福祉法人憲章会 特別養護老人ホーム東雲の丘
石島薫・仲村寿代・上里絹代・前黒島智司

「介護の知識を習得し、介護支援のプロとして歩みます。」
平成二十七年二月四日 第一回東雲の丘介護職員初任者研修修了式を東雲の丘コミュニティーホール アクロポリスで開催致しました。

第一回東雲の丘介護職員初任者研修修了式

認知症予防に効果があるのはパズル

「認知症の発症リスクをもっともさげるものは何か」という大規模な実験が、トロント大学の Dr. Raza Naqvi 率いる科学者たちによって行われました。約2万5千人の65歳以上の患者を対象に32件の実験を行ったというスケールの大きな検証です。結果は Canadian Medical Journal に発表されています。行った種類は、栄養素を補てんするサプリメント、運動等の32種類の実験です。その結果、ビタミン類やホルモン療法などによるサプリメントたちには効果が見られず、運動に関しても若干の効果にとどまりました。そんな中、成果を発揮したのが、パズルによる脳トレーニングです。

Dr.Raza Naqv は、パズルは手軽にメンタルトレーニングできるツールであり、これらの更なる発展、研究をと呼びかけています。また、この訓練による成果は継続しないと失われていってしまうものの、自身の患者たちには「何が何でも脳に刺激を与え続ける」と言っています。

シルバー川柳コーナー

公益法人 全国有料老人ホーム協会
第14回シルバー川柳入選作品より

■糖尿病甘い生活記憶なし

日比野 勉
(男性/岐阜県/73歳/無職)

■遺産分け位牌受け取る人はなし

西田 勲
(男性/北海道/77歳/無職)

■ケアマネをもてなしあとで寝込む祖母

角森 玲子
(女性/島根県/46歳/自営業)

■脳ボケにSTOP細胞ないかしら

穴見 貴幸
(男性/埼玉県/65歳/無職)



思い出しゲーム

何かを思い出すということは、脳に眠っている記憶を呼び覚ます優れた脳トレーニング方法です。

「想起トレーニング」と呼ばれています。

毎日の思い出しトレーニング

- 思い出し1 今日は何曜日？
- 思い出し2 今日は何月何日？
- 思い出し3 昨日食べた夕飯は何？
- 思い出し4 昨日着ていた服は？
- 思い出し5 昨日見た人の顔と服装、名前を思い出して下さい。(※TVで見た人でもよいです)

*****思い出せましたか？*****

国名思いだしゲーム

Q1. 「ア」で始まる国名をあげてみてください。

名前思い出しゲーム

Q2. 3文字の野菜を5個思い出してください。

解答例

A1.

アルゼンチン、アイスランド、アメリカ合衆国、アルジュリア、アフガニスタン、アルバニア、アイルランド、アラブ首長国連邦

A2

レタス、セロリ、パセリ、オクラ、トマT、ミツバ、ワケギ、ゴボウ、ワサビ、スイカ 他

※この記事は「認知症予防、介護情報、高齢者の健康情報、認知症や物忘れを遠ざける!ボケ防止脳トレーニングサイト(<http://www.magail.com/>)」より引用しています。

認知症予防に効果があるのはパズル

早いもので、年が明けたかと思えば、もう2月、2月と言えばバレンタインデーがあり、チョコレートを女性から男性に贈る風習がありますが、そのチョコレートについて調べてみました

バレンタインデーにチョコレートを贈る風習は、1868年、イギリスのチョコレート会社キャドバリー社の2代目社長であるリチャード・キャドバリーが美しい絵のついた贈答用のチョコレートボックスを発売したことを由来とする。このボックスはバレンタインデーの贈り物として使われるようになり、他社も追従して次第に広がっていった。しかし、ヨーロッパやアメリカのバレンタインデーは日本とは違い、必ずしもチョコレートを贈るものではなかった。

これに対し日本では、諸説あるものの1958年ごろにはじまったとされ、1970年代には「女性から男性にチョコレートを贈る日」としてバレンタインデーが定着した。バレンタインデーにチョコレートを贈るようになったことをきっかけにして、日本チョコレート・ココア協会が2月14日を「チョコレートの日」として制定し、1970年代に定着した。

チョコレート(英: chocolate)は、カカオの種子を発酵・焙煎したカカオマス(主原料)とし、これに砂糖、ココアバター、粉乳などを混ぜて練り固めた食品である。略してチョコともいう。ショコラ(フランス語: chocolat)と呼ばれることもある。ただし、近年の工業生産チョコレートでは、カカオマス、砂糖、ココアバター、粉乳といった主要材料以外に、原料コスト削減や加工性を上げる目的で植物性の油脂などを加えたり、加工コスト削減の目的で乳化剤などを加えたり、風味の向上の目的で香料や甘味料などを加えるなど、様々な添加物が配合されることも多い。

チョコレートの製造工程としては、まず原料であるカカオ豆の収穫から始まる。収穫されたカカオ豆は豆を包むパルプとともにバナナの葉でくるむか木箱に入れて数日かけて発行させ、その後天日で乾燥させたのち工場へと運ばれる。工場のほとんどはカカオの産地である熱帯地方ではなく温帯や冷帯に位置するため、ここで船によって輸送されるのが一般的である。工場に運ばれたカカオは、まず磁石で鉄を除き、風で埃を飛ばして、篩(ふるい)によって石を取り除き選別される。選別されたカカオは砕かれ、篩によって外皮と胚芽を取り除かれる。こうしてできたものはカカオニブと呼ばれる。カカオ豆をここで砕くのは、不ぞろいのカカオ豆を均一の大きさにし、後のロースト時に火がむらなく均一に通るようになるためである。カカオニブはこの後焙煎され、火が通ることによって酢酸が除かれてまろやかになると同時にメイラード反応によって香りや風味が現れてくる。この後、風味をよくするために数種類のカカオニブをブレンドした後、磨砕機によって細かくすりつぶす。カカオ豆には55%の油脂分(カカオバター)が含まれているためにここでペースト状となる。こうしてできたペーストがカカオマスである。

できたカカオマスにココアバター、砂糖、ミルクなどを混合し、チョコレートドゥと呼ばれるチョコレートの元を作る。このドゥを5段のローラーにかけて数十ミクロン単位にまで細かく砕く。ここで非常に細かくすることで、チョコレートの舌触りが滑らかなものとなる。しかし細かくしすぎるとかえって口どけが悪くなるため、細かな調整が必要である(後述)。磨砕が終わると、コンチェ(コンチングマシン)と呼ばれる攪拌機にて長時間かけて精錬する。精錬が終わると、テンパリング(予備結晶化)と呼ばれる温度調整を行ってチョコレートを安定させ、型に充填した後冷却して固め、包装した後エージング(熟成)を行って完全に安定させた後、チョコレートの完成となる。



カカオの実の中のカカオ豆



焙煎前のカカオ豆

※この記事は「ウィキペディア(Wikipedia)」より引用しています。

チョコレートについて調べてみました