東雲の丘では各企業とコラボレーションし職員の育成と地域貢献に努めてます（研修事業）

	研修名	研修の特徴	実施日	コラボ企業
1	実務者研修	・通信学習３ヵ月間＋通学学習８ 日： 保有資格に よっ ては免除科目もあります。 ・通信学習はE ラ ーニング対応： 空き時間にスマホでのご受講が可能です。	令和6年7月 開講	株式会社 ガネット 日本総合福祉アカデミー
2	確認中・・・	確認中・・・	確認中・・・	株式会社沖縄タイム・エージェント 沖縄人材カレッジ
3	介護支援専門員試験対策講座	・施設職員が講師となり共に受験する職員対象に実施（希望により地域住民の方も参加可能）	（予定） 令和6年8月～10月	施設職員対応
4	介護福祉士国家試験対策講座	・施設職員が講師となり共に受験する職員対象に実施（希望により地域住民の方も参加可能）	（予定） 令和6年11月～1月	外部講師 補足講義予定
5	ユニットリーダー研修(座学・実地)	・ユニットリーダー座学はオンラインで受講ができます ・実地研修開催は未定（コロナウイルスの状況をみて開始）	（予定） 令和6年4月～3月	一般社団法人 全国個室ユニット型施設推進協議会

高齢者介護・保育・運動・食事に関することは、お気軽にご相談下さい

1	特別養護老人ホーム 東雲の丘	（定員100名）	完全個室ユニットケアが特徴です
2	東雲の丘 グループホーム	（定員9名×2棟）	完全個室の認知症ケアが特徴です
3	東雲の丘 グループホームデイサービス	（定員3名×2棟）	認知症の専門的ケアが受けられるのが特徴です（現在休止中）
4	住宅型有料老人ホーム Newマチュピチュ	（定員24名）	完全個室の要支援から要介護の方まで入居できる施設です
5	東雲の丘 デイサービスセンター	（通常規模）	リハビリ、レク等を行い在宅生活継続を支援
6	東雲の丘 ショートステイ	（12床）完全個室	年中無休で「泊り」と介護ができる事業所です
7	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
8	しののめ小規模多機能型居宅介護事業所	（定員25名）	「通い」を中心に「自宅訪問」「事業所泊り」のサービスです
9	居宅支援事業所 東雲の丘	介護保険に関することを利用者の立場でケアプランを作成し在宅生活を支援 します	
10	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・夕と毎食弁当をお届け致します	
11	しののめnursery school （Ⅰ・Ⅱ）保育園	（Ⅰ事業所内保育所19名）（Ⅱ企業主導型保育所：地域枠15名：従業員枠15名）	
12	地域包括支援センター 東雲の丘	保健師・社会福祉士・主任介護支援専門員が在籍。 高齢者やご家族様等の「総合相談窓口」	

東雲の丘はSNSやってます

各アカウントのフォロー＆いいね♡をよろしくお願いします

HP・SNSでは介護の事や、保育園の事、研修事業の事、外国人就労などなど・・・
日々の様子を投稿しています
各アカウントのcheck！お願いします

東雲の丘 検索

しののめの丘｜沖縄特養

SHINONOMEHILL

〒901-1203 沖縄県南城市大里字大城1392番地 TEL 098－946-2051
社会福祉法人憲章会 特別養護老人ホーム東雲の丘 FAX 098－946-1128

しののめライフ(社会福祉法人憲章会 広報誌) 2024 NEWS

しののめライフ
－Shinonome LIFE－

No.149
2024.7.15

母の日・父の日イベント

いつも皆様の優しい笑顔に元気をもらっています♪
これからも毎日楽しく過ごしていきましょう‼‼

7月～9月の主な行事

7月

2日 介護サポート会議

16日～19日
園内研修

27日 環境美化

8月

1日 介護サポート会議

13日～16日
園内研修

19日～21日
新規職員研修

24日 環境美化

9月

3日 介護サポート会議

11日～13日、17日
園内研修

15日 敬老会

28日 環境美化

しののめライフ(社会福祉法人憲章会 広報誌) 2024 NEWS

5類移行後の感染対策について・・（5類移行後）

新型コロナウイルス流行から４年が経ちました。令和５年５月には５類へ移行が決まり、行動制限の撤廃で日々の日常が戻った日でもあると思います。
東雲の丘では、５類移行後も感染対策は引き続き継続しておりますが、感染状況に応じて規制、緩和を柔軟に対応しております。ここで主に施設で取り組んでいる感染症対策をご紹介したいと思います。

① 面会の規制

あくまでも施設側での判断となりますが、沖縄県内の感染状況が増加傾向にある場合は施設での面会を一時的に禁止し、特定ブースでの面会へと切り替えます。
※面会状況については随時東雲の丘ホームページ、各SNSにて掲載を行っていますのでご確認下さい。

② マスクの着用、手指消毒、体温測定

５類移行後、『マスクの着用は個人の判断が基本』となりましたが、東雲の丘では、施設内では可能な限りマスクの着用を職員、ご家族様には引き続きお願いをしております。マスクを忘れた際は事務所にてマスクをお渡ししておりますのでお声かけ下さい。
また、体調がすぐれない方は面会を避け、後日改めて体調が万全の時に面会をお願いします。

✓ **令和6年7月15日現在、居室での面会は禁止となっております。**
特定ブースでの面会となる為、事前に予約が必要です。
詳細は東雲の丘ホームページをご確認下さい。

画像引用先-impress watch(マスク着用、3月13日からは「個人の判断で」 - Impress Watch)

記事　石島恭介

しののめナーサリースクール便り

強い日差しが園庭に差し込み、夏本番の暑さを感じます。冷房の使いすぎに注意が必要ですが、あまりの暑さに大人も子どももクーラーなしでは過ごせない状態です。水分補給はもちろん、食事や睡眠の様子にも気を配っていきたいと思います。

記事　石島 京香(保育園)

しののめライフ(社会福祉法人憲章会 広報誌) 2024 NEWS

東雲の丘 配食サービス事業

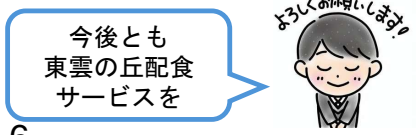
夏バテ・食中毒に注意！！

これから夏本番に入り食べ残しからの食中毒や夏バテからくる熱中症が危険な季節です。
自宅の窓を締め切った状態で過ごし、台所や寝室で倒れてるという事例が年々増えています。
配食サービスでも利用者様への声掛けをさらに強化して対応していきますが、家族様からの声掛けも大切になってきますのでご協力お願いします。

・配達された弁当は早めに食べましょう。
　※長時間置いとくと食中毒の危険性があります。
・食べ残しがある場合は、保存しなで破棄しましょう。
　※勿体ない精神が危険！
・自宅で過ごす場合は、窓など開けて熱がこもらない様にしましょう。
　※あまりにも暑く感じる時は無理せずクーラーをつけましょう。

配食サービスからのお知らせ！！

令和6年8月中旬頃から南城市に大型商業施設がオープンする予定です。
それに伴い交通混雑が予想され、利用者様への弁当配達時間にも影響がでる可能性があり、通常配達時間よりも大幅に遅れる恐れがあります。
ご迷惑をお掛けいたしますが、ご理解とご協力の程よろしくお願いいたします。



記事　大兼久 誠也（配食サービス）

ひとりひとりに合った訓練をめざして

東雲の丘デイサービスで機能訓練指導員をしている「仲間」と申します！
今回はデイサービスでおこなっている個別機能訓練について紹介したいと思います。

東雲の丘デイサービスには要介護1～5、要支援1～2のいずれかの認定を受けた方が利用されており、各々身体状態は様々で、歩行ひとつとっても独歩の方・杖歩行の方・歩行器を使用している方・車椅子移動の方などいろんな方がいらっしゃいます。

個別機能訓練をおこなうにあたっては、そんな各個人の歩行状態などの基本動作を確認、またご自宅や入居施設にお邪魔して、食事、入浴、排泄動作、ベッドへの移乗などの生活動作を自力でどこまでされているのかを確認させていただき、今後日常生活を行う上で転倒や怪我無く過ごしていけるよう、おひとりおひとりにあった訓練メニューを作成しています。

訓練メニューを作成する際には、きちんとご本人やご家族の希望を尊重し、できるだけ具体的な短期・長期目標を設定して、目標達成にむけての計画をたてて訓練メニューを作成しています。一部紹介させていただくと、「入院により車椅子移動となった方が施設内の売店まで歩行器を使用して自分で歩行して買い物したい」という方や「いつまでも自分の足で歩くために足腰を鍛えたい」という方、「トイレで排泄したいので、立ち上がり訓練を実施したい」など、個々の目標設定、訓練メニューとなっています。

デイサービスで実施している訓練内容としては、６種類の筋力トレーニングができるマシン、自転車こぎ、階段昇降、座位での下肢筋力運動、着席動作の指導、ベッド上での関節可動域訓練、平行棒を使っての歩行訓練や散歩がてら施設内を長距離歩行するなど多岐にわたっており、今まで実施したことのない内容であっても、デイサービス内で実施可能であればできる限り対応したいと思っています。

訓練を実施している中でとても感じるのは、訓練に積極的に取り組まれている利用者様の目がとても生き生きしており、まだまだ自力でやれるぞという気持ちで臨まれている方がたくさんいます。指導員の私も、もっと……頑張ろうと逆に刺激を受けている毎日です♫

人生100年時代。ご自身の身体とうまく付き合いながらこの先も快適に過ごしていけるよう東雲の丘デイサービスに通って、私たちと今後の暮らしを考えていきませんか？デイサービス職員一同お待ちしています♡

記事　仲間 笑子（東雲の丘デイサービス機能訓練指導員）

しののめライフ(社会福祉法人憲章会 広報誌) 2024 NEWS

食育だより

夏は、冷たい物の摂りすぎとともに脱水にも注意が必要です。室内でも熱中症になることがあるため、こまめな水分摂取を呼びかけましょう。

夏バテ予防の食事

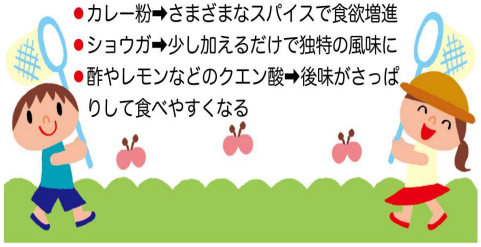
暑い日が続くと、体調を崩して夏バテを起こしやすくなります。食事を通じて夏バテ予防を行いましょう。

夏バテ知らずの丈夫な身体を作る栄養素

- たんぱく質（卵・肉・魚・大豆・牛乳）
- ビタミンC（野菜・果物）
- ビタミンB_1（豚肉・レバー・枝豆・豆腐）
- ミネラル（海藻・乳製品・レバー・夏野菜）

落ちた食欲を取り戻す味つけ

- カレー粉➡さまざまなスパイスで食欲増進
- ショウガ➡少し加えるだけで独特の風味に
- 酢やレモンなどのクエン酸➡後味がさっぱりして食べやすくなる



水分補給で熱中症予防を

熱中症は、夏の強い陽ざしの下での激しい運動や作業中だけでなく、室内で起こることもあります。この時期は、汗をかくことを意識して水分をとるように心がけましょう。のどの渇きを感じなくても、こまめな水分補給が重要です。すぐに飲めるようにつねにそばに置いておくのも良いですね。また、扇風機やエアコンで室内温度を管理するなど、環境への注意も大切です。食事には、汁物や水分の多い野菜・果物を積極的にとり入れましょう。

レシピ

夏バテ防止！

簡単サラダ

所要時間 約15分

材料（2人分）
きゅうり…2/1本　おくら…2本　にがうり…100ｇ　豚スライス…100ｇ　モーウイ…50ｇ　ミニトマト…４個　好みのドレッシング…適量

※旬の食材をふんだんに使おう！！

作り方
① 材料の野菜を好みの大きさにカットする。
② 豚スライスを茹でる。
③ 野菜、豚、カットした茹卵を皿に盛りつける。
④ ③に好みのドレッシングをかける。

※そうめんや冷やし中華の具材で盛り付けすると食欲増進にもつながります。

夏バテ予防のためにも、副菜や具材などを工夫して栄養バランスに気をつけましょう。

旬の食材

胡瓜　冬瓜　オクラ
ピーマン　苦瓜　茄子
へちま　うりずん豆
モーウイ　ウンチェー等

記事　諸見里 よもき（栄養士）

施設紹介①～グループホーム東雲の丘2号館～

東雲の丘にはグループホームが2棟あり、それぞれ9部屋の個室と食堂などで構成された空間で共同生活を送っています 。自宅で生活していたときに使っていたお皿やタンスなどを持ってきてもらい、自宅に近い環境や雰囲気の中でそれまでの暮らしの継続性が保たれるように努めています。

日々の支援では、入居者さんが不安にならないようスキンシップを図り、一人ひとりに合わせた言葉かけを意識して行っています。一律の日課はなく、入居者さんのペースに合わせてそれぞれがその時にしたいと思うことができるよう配慮しています。起床の時間も決まっておらず、入居者さんが起きたいときに起きて、食事も希望に沿った時間で提供しています。一人ひとりの生活リズムを尊重し、日々の生活で入居者さん本位の自己決定がなされるように努めています。

また、小規模多機能や特別養護老人ホーム、保育園などが隣接しているため、別の建物に住んでいる顔なじみの入居者さんと会うことも可能であり、保育園に通う子どもたちが散歩に来た際に交流を図っています。入居後もドライブや祭りへ参加することによって住み慣れた地域との関係も継続していきます。

日々の入居者さんとのコミュニケーションからできること、やりたいことをくみ取り、お皿を洗ってもらったり、洗濯物を干したり、畳んだり

一人ひとりの能力に合わせて役割作りに努めるとともに、安心でき穏やかな生活を送ることができるよう支援を行っています。

記事　前新 俊（グループホーム2号館管理者）