

# もえぎ便り 冬号

〒933-0816 高岡市二塚339-2  
電話 0766-26-7470  
令和4年1月発行



## 謹賀新年



センター長 要藤安宏

皆様方には、お元気で初春をお迎えのこととお慶び申し上げます。  
今年も、皆様から信頼され喜ばれる施設であることを目指し、思いやりと助け  
合いの気持ちを持って、より良いケアを提供できるよう取り組んでまいります。  
どうぞよろしくお願い申し上げます。

JA高岡 もえぎの里 職員一同



デイサービス



小規模多機能型居宅介護



居宅介護支援センター



ホームヘルプステーション



事務職員



# 収穫文化祭 2021年11月11日

## 昼食

菜園で収穫したさつまいもを豚汁にし、皆さんに召し上がっていただきました。



## 作品展

生け花や書道など、素敵な作品が仕上がりました。



## 余興

職員による仮装や獅子舞でご利用者様に楽しんでいただきました。



## 機能訓練 がんばっている人紹介

小多機編

さわさき み い こ  
澤崎 貢恵子様(89歳)

目標:自分のできることを続ける。

「私なんて何もできんちゃ〜」と恥ずかしそうに話す澤崎さん。80歳を過ぎるまでご主人と二人で自営業をしていました。『自分でできる事は続けていこう』と、洗濯物干しや茶碗洗い等のお手伝いを通して、日常生活の動作訓練を行っています。



介護士 松澤より

手先は器用で編み物が大好きな澤崎さん。集中して編み物を取り組まれています。これからも、いろんなことに挑戦していきましょう。

## クリスマス会



12月24・25日 小多機にてクリスマス会が行われました。

職員によるクリスマスソングの演奏会やケーキを囲んでのお茶会。小多機サンタも登場し、楽しい時間となりました。



## 施設内研修

10月22日と11月9日に高岡消防署より講師に来ていただき、救命講習会を行いました。いざという時、的確に対応することができるよう、職員は真剣な表情で講習を受けていました。

今後ご利用者様に安心して過ごしていただけるように知識・技術の向上に努めてまいります。







# 介護保険制度以外の在宅支援サービス

高岡市には介護保険制度以外に在宅を支えるサービスがあります。



**軽度生活援助サービス**：草むしり・屋根雪以外の除雪を行ないます。

**対象者**

65 歳以上の一人暮らし、65 歳以上のみの住民税非課税世帯の方で  
介護予防・生活支援サービス事業対象者、要支援認定者、要介護認定者



**紙おむつ等の助成**：引換券を発行し、支払額を助成します。

**対象者**

65 歳以上の自宅に住んでいる高齢者で、要介護1以上に認定された方



**福祉車両タクシーの助成**：福祉タクシーの利用料金の一部を助成します。

**対象者**

要介護1以上で日常的に車椅子を利用している方 寝たきり状態の方

各サービスについてのご質問は、高岡市役所または居宅介護支援事業所にお問い合わせください。



もえぎの里では健康・介護についてのご相談をいつでもお受けしています。

JA 高岡居宅介護支援センター TEL 20-6661

## 隠れ脱水に注意



冬になると夏ほど水分補給を行わなくなっていますか？汗のかきにくい冬でも脱水症になる恐れがあります。こまめに水分を摂取しウイルスを洗い流すことによってインフルエンザの予防にもつながります。



**予防のポイント！**

### こまめな水分補給

アルコールやカフェインは利尿作用があるため水分補給にはなりません

### 食事から水分補給

味噌汁やスープなど

### おやつから水分補給

みかんやいよかんなど水分の多い果物など

### 加湿器で部屋の湿度を管理する

身体の表面から奪われる水分量を減らすことができる

水分が不足しやすい起床後や入浴前後、就寝前は意識して水分を補給しましょう。

## クイズで楽しく脳を活性化!!

一つだけ違う漢字が混ざっています。探してみましょう。



①

助	助	助	助	助
肋	助	助	助	助
助	助	助	助	助
助	助	助	助	助

②

寅	寅	寅	寅	寅
寅	寅	寅	寅	寅
寅	寅	寅	演	寅
寅	寅	寅	寅	寅

## 理美容

1月26日(水)  
2月25日(金)  
3月28日(月)

## 行事食

1月 おせちでであけおめ！  
2月 節分には  
お寿司とおでん  
3月 ひなまつり

## 地産地消おやつ

1月 とうろ昆布おはぎ/  
かぼちゃプリン  
2月 季節のタルト/  
チョコパン  
3月 桜もち/メロンパン

《編集後記》

「一年の計は元旦にあり。」物事は最初が肝心です。充実した一年となるよう、新年の計画をしっかりと立て、体調管理に留意して健やかにお過ごしください。(A.H)