



2015.10.1 発行  
編集・発行/  
社会福祉法人 網走愛育会  
老人保健・福祉複合施設「いせの里」

VOL 24

# 笑顔あふれるいせの里

## 第18回 いせの里祭り

“平成27年7月31日”



盆踊り楽しかったよ!!  
たくさん回りました♪

ドンド、ドンド  
ドン!! カッカッ!!  
力が入ってますね!!



今年も僕たちが  
司会です!!



ひ孫とお祭り  
楽しんでます!!



初めてのお祭り参加 楽しかった



祭りだ～ 祭りだ～



いい男でしょ～！



ハア～ア～ 北海名物♪



第18回

# いせの

さる7月31日(金)、夏の恒例行事



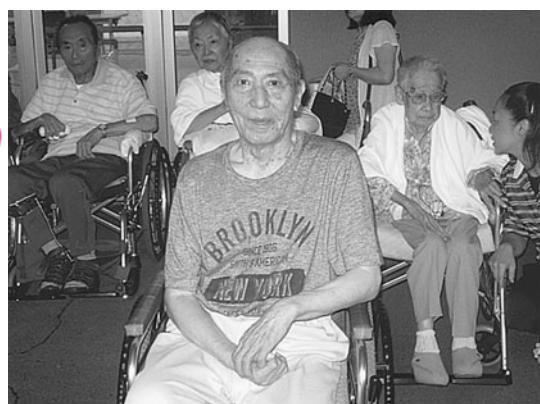
婿殿と一緒に楽しいひととき



かつら&つけっ鼻で大変身!!  
「私」は、だあ～れ?



母さん!!娘よ!! いつもありがとう



天気悪かったけど楽しかったよ!



ニポネちゃんが遊びに来たよ!!



通所混声合唱団  
今年の歌は「お富さん」

# 里祭り

「いせの里祭り」が開催されました。



今年も活躍しました！



今日は雨だけど、  
かき氷売れるかな～？



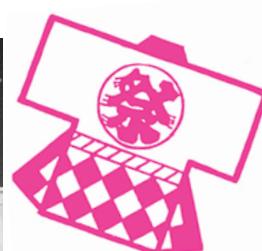
楽しみにしているお祭り！  
今年も元気に来れました。



ラララ～ ラララ～



デイサービスの裕次郎!!



今年の「私」はパワー全開。  
楽しく踊りました!!  
来年もやりますヨ～。楽しみにネ!!



## 老人保健施設



老健では、月に一度喫茶店をオープンしています。

担当する職員は、季節や食べやすさを考えながら、ホットケーキを焼いたり、パフェを作ったりと毎月、工夫を凝らした様々なメニューで皆さんと楽しんでいます。

準備や後片付けは大変だけど、皆さんの嬉しさ



うな笑顔を見るために、盛り付けや飾り付け、食器選びにも力が入り、ますます素敵なコミュニケーションの場になっ



ています。

今回は、利用者の方々に好評だったメニューの1つ

### 材料3つ・時短・簡単 ミルクもち

のレシピを紹介したいと思います。

#### 作り方

##### 材料

牛乳	200ml
砂糖	30g (お好みで)
片栗粉	30g



- ①鍋に全ての材料を入れる。
- ②弱火～中火の火にかけ、ひたすら混ぜる。
- ③だんだん固まってきます。火にかけてから2分後、あつという間に固まります。

- ④手で1口大にちぎるか濡らしたスプーンでくつて冷水につける。
- ⑤器に入れて完成！

熱いので気を付けて！

チョコ、きなこ、あんこ、フルーツ等お好みでトッピングして「いただきま～す♡」

## ケアハウス ハーモニーウィレッジ

### 野外焼肉会

夏といえば、外での焼肉！との事で今年もケアハウスは野外焼肉会を実施しました。



去年は、天候も良く暖かく皆さん外で召し上がっていただきましたが今年は生憎の曇りで気温が低く外には出られないとの事でホールで召し上がっていただきました。肉以外にも、ジャガイモ、シシャモなどあり、みなさん「おいしい」と話され楽しまれていました。



### 夕涼み会

今年の夕涼み会は、天候にも恵まれ無事花火を打ち上げる事が出来ました。花火の打ち上がる時間は短かったのですが、「きれいだった」など、喜ばれる声が聞かれました。



## 枝豆で元気回復スムージー

### T・K・O 疲れた・カラダに・オススメ

ビタミンB<sub>1</sub>が不足すると疲労物質がたまるので、疲れが気になるときには積極的にとりたいビタミン。枝豆にはこのビタミンB<sub>1</sub>が豊富に含まれ、バナナの糖質分解を促しエネルギーに代えてくれます。ヨーグルトの乳酸菌は免疫力アップに効果的です。

#### 材料(1人分 約300ml)

- ・枝豆 12さや
- ・バナナ 1本
- ・プレーンヨーグルト 100ml



#### 《作り方》

- ①枝豆は、茹でてさやから出しうす皮をむく。
- ②バナナは皮をむき、一口大に切る。
- ③ミキサーに入れ20秒回す。



いせの里指定訪問介護事業所

## 通所介護(デイサービス)

### 〈バスレクリエーション〉

5月に天都山へ行き、満開の桜を見学してきました。天気も良くバスから降りて記念に1枚。「ハイポーズ」「イエーイ！」



## 通所リハビリ(デイケア)

今回は指先や頭の体操リハの中から一部ご紹介します。

ぬり絵やパズルは集中力、発想力、記憶力を高めると共に指先の運動にもつながり誰にでも取り組みやすいプログラムになっています。

脳トレではももくらぶなど



### 〈デイサービスの日常〉



花札やトランプ、フーセンを使って身体を動かしたりしています。普段にっこりしている方も、勝負のときは真剣な表情をしております。



### 〈野外昼食会〉

今年の野外昼食会は、気温が低かったため、室内で食べることにしました。「炭火で調理しているので、美味しいね」といつもより箸がすすんでいる様でした。



の問題集を使用しますが自力でどんどん問題を解いていく方、職員と一緒に頑張る方、皆様楽しみながら行っています。



人気があるのは、間違い探しや難読漢字です。間違い探しは上下の絵を見比べて10個程の違いを探し出すのですが最後の一つが見つからない！と言いながらも

諦めきれず頭を抱えながら奮闘されています。



難読漢字は、その名の通り読み方が難しい漢字のことです。国名・動物・生き物・食べ物などの種類がありますがさて全部読めるでしょうか？



## いせの里指定居宅介護支援事業所

### ○平成27年度 介護保険制度改正○

(あばしり介護保険ガイドブック引用/一部抜粋)

#### 介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）の入所基準が変わりました

平成27年4月から

介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）への新規入所は、原則として要介護3以上の人となりました。ただし、すでに入所している要介護1・2の人（要介護3以上から要介護1・2の状態が改善された場合も含む）や、制度改正後に要介護3以上で新規入所したのち要介護1・2に状態が改善された場合でも、やむを得ない事情があれば、引き続き入所できる経過措置が設けられています。また、要介護1・2で認知症などを抱えている場合で、やむを得ない事情があれば、新規入所が認められる場合があります。

#### 一定以上の所得がある人は自己負担が2割になります

平成27年8月から



一定以上の所得（本人の合計所得金額が160万円以上で、年金収入+その他の合計所得金額が単身世帯で280万円以上、2人以上世帯346万円以上）のある人がサービスを利用したときの自己負担は、1割から2割になります。この改正により、介護保険の認定者全員に自己負担の割合（1割または2割）が記載された「介護保険負担割合証」が発行されます。

#### 特定入所者介護サービス費

低所得の人の施設利用が困難とならないよう、所得に応じた負担限度額まで自己負担し、基準額との差は介護保険から給付されます。（申請が必要です。）ただし、配偶者が住民税課税者である場合、または預貯金等一定額（単身1,000万円、夫婦2,000万円）を超える場合は、該当となりません。

#### 1割の自己負担が高額になったとき（高額介護サービス費）

同じ月に利用したサービスの1割または2割の利用者負担の合計が高額になり、ある一定額を超えたときは、超えた分が「高額介護サービス費」として後から給付され、負担が軽くなるしくみになっています。※給付を受けるには、申請が必要です。



介護保険は、介護を地域や社会全体で支え合い、介護を必要としている人やそのご家族が、年齢を重ねても安心ですこやかに暮らせるようにするための制度です。介護認定や介護サービスに関する問い合わせなど、いつでもご相談ください。



皆さん食事はいつまでもおいしく食べたいですよね。年齢を重ねると噛む力や飲み込む力が低下することでムセ込んでしまい食事をすることが億劫となりそこから食欲不振や低栄養（やせ）につながってしまうことがあります。今回は、摂食・嚥下機能が低下した方でも見た目にもおいしく安全に食べられるよう考慮した、いせの里で提供している『ソフト食』についてご紹介したいと思います。

嚥下がしやすい食事の条件として以下のことが挙げられます。

- ①やわらかく、密度・性状が均一である。
- ②適当な粘度があって口腔内でバラバラになりにくく咀嚼しやすい。
- ③口腔や、咽頭を通過するときに変形しやすい。
- ④べたついていない（粘膜につきにくい）。

この4点に基づいて出来たのがソフト食です。調理工程は食材ごとにそれぞれミキサーをかけてなめらかにし、ゲル化剤で固めて形状を常食に近づけられるように作っています。お粥はミキサーをかけてから酵素入りのゲル化剤を使用しぜりー状にす

整える等、楽しく安全に食事ができるよう日々取り組んでいます。

では、実際にどのような食事であるか一部ですが紹介します。この日のメニューは、ハンバーグ、いかの煮つけ、グリーンサラダ、オレンジです。

（写真上：常食、下：ソフト食）



まだまだ課題もありますが、これからも、いつまでも元気でいられるよう食事の面からサポートしていきたいと思います。

## 栄養便り

管理栄養士 谷本 聰弥

ることで、べたつかず、咽頭や口腔内の付着もなく飲み込むことができます。こうした食事は、ケアにあたるスタッフ一同と厨房職員による試作や、食べる方の立場となって試食を行い提供するまでに至りました。また、食事の際の姿勢や環境づくりを

各種お問い合わせ・お申込みなどは下記へ

# 笑顔あふれる いせの里

老人保健・福祉複合施設

社会福祉法人 網走愛育会

- 介護老人保健施設いせの里 ..... 0152-43-7100 (代表)
- 短期入所療養介護(ショートステイ) ..... 0152-43-7100
- いせの里通所リハビリ(デイケア) ..... 0152-43-7100
- ケアハウスハーモニーヴィレッジ ..... 0152-45-3796
- いせの里指定通所介護事業所(デイサービスE型) ..... 0152-45-3686
- いせの里指定居宅介護支援事業所 ..... 0152-45-4018
- いせの里在宅介護支援センター ..... 0152-45-4018
- いせの里指定訪問介護事業所(ホームヘルパー) ..... 0152-45-4018
- 網走市潮見192番地(〒093-0042) □共通FAX番号 0152-45-3791

ホームページを  
ご覧ください

老人保健・福祉複合施設「いせの里」のホームページでは、施設の概要やブログ写真日記、職員採用情報などを掲載しています。  
ホームページアドレス <http://www.isenosato.sakura.ne.jp/>

施設見学

各事業所の見学につきましては、随時受け賜りますのでご連絡ください。