



「プラザイムス」は、患者様、ご家族のみなさまに院内やIMSグループの医療活動、病気に関する情報をお伝えするコミュニケーションペーパーです。

青葉若葉の会(縁日)



5月の行事は、青葉若葉の会(縁日)を通所の利用者様は5月20日(土)、入所の利用者様は5月21日(日)に2階ダイルूमにて開催しました。

たこ焼き・バナナチョコを用意しカラオケと職員手作りの的当てゲームを行い、その他に駄菓子を用意して配りました。

参加した利用者は、カラオケを元気よく歌い、的当てゲームでは笑顔でボールを的に投げていました。利用者様から「食べ物がおいしかった」「お祭りで食べ



た。懐かしい」などの話が利けました。駄菓子の事については、「昔、お祭りでわた菓子を食べた事を思い出した」「昔、駄菓子屋さんでラムネを食べてたよ」等、懐かしそうに話をされていた利用者様が印象的でした。



行事が終わった後に利用者様から「楽しかったよ、ありがとう」「また参加したい」等の言葉を頂き、色々足りなかった事もあったかと思いますが、その言葉で職員も満足いく「縁日」になったと思います。(介護福祉士 中里和雄)

柏餅づくり（デイケア）

今回のおやつ作りは柏餅を作りました。

粉をこねる班と葉を拭く班に分かれてそれぞれスタートしました。粉を混ぜてからはみんなで丸めて、蒸し器へ入れて待ちます。蒸している間は中に入れるあんこをコロコロ丸めて・・・みんなで作業をすると早いので、あっという間に下準備も完成！蒸し上がった熱々のお餅をこねて伸ばしてあんこを包み、葉を付ければ柏餅の完成！今回はゴマなますも一緒に添えてみました。ご利用者様からも柔らかくとても美味しかったと沢山の声をいただきました。

（介護福祉士 川内 萌）



6月行事予定

・映画鑑賞会

6月10日（土）・11日（日）

・ジャズ喫茶

6月29日（木）詳しくは別途お知らせ

いたします。甘楽施設長による生演奏予

定です♪

お楽しみに！！

衣替えのお知らせ

梅雨に入る季節となり、昼間暑く、気温差の大きい日々が続いておりますが、今年もそろそろ衣替えの時期を迎えます。入所のご利用者様につきましては居室担当より衣類についてのご願いのご連絡をさせて頂く場合がございますので、ご協力の程、宜しくお願い申し上げます。



【編集後記】徐々に梅雨入りのニュースを耳にするようになりました。まだまだ、梅雨の季節の実感はわいてきませんが、これから長雨で湿度が上がるとおられます。皆様も食べ物の管理等ご注意頂ければと思います。

ウエストケアセンター広報委員会一同

発行元 介護老人保健施設ウエストケアセンター

発行年月日 平成二十九年六月八日

〒192-0151 東京都八王子市上川町 2135

[Tel:042\(654\)5511](tel:0426545511)

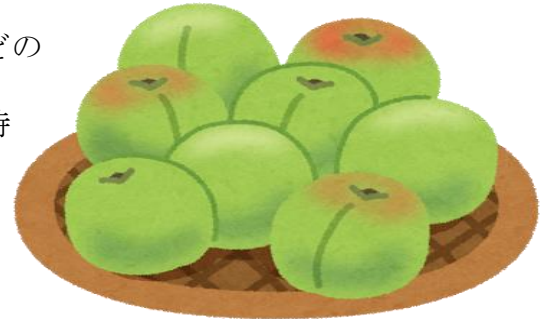
Fax:042(654)7716

<http://www.ims.gr.jp/west-hp/>

6月 梅のお話

梅には身体に必要なミネラルが豊富に含まれています。梅のミネラル含有量はカルシウムはリンゴの4倍、鉄は6倍も多く含まれています。

マグネシウムや亜鉛も実は梅の実の方が多いのです。梅の酸味成分のクエン酸やリンゴ酸は疲労回復に効果があります。それだけではなく、腰痛や肩こりなどの緩和、老化防止、疲れにくい体づくりにも役立つことが期待できます。



梅を使ったレシピ

《材料》・青梅（紅青梅） 1kg ・氷砂糖 1kg（上白糖等のお砂糖を使っても OK です。甘さ控え目のときは700g） ・4リットルビン 1個（ふたがきちんと閉まるもの） ・竹串 2〜3本

《作り方》

- ① ビンを煮沸消毒し、その後しっかり乾燥させる。※水気が残っているとカビが生えやすくなる
- ②青梅を流水で洗い、たっぷりのお水（2リットル以上）に漬けてアク抜きをする。

青く硬い実は1時間から2時間程度が目安。



- ③きれいなタオルで水気をしっかりふき取る。
- ④竹串を使ってヘタを一つ一つ丁寧に取り除く。
- ⑤ビニール袋に青梅を入れて冷凍庫で一晩以上寝かせる。
- ⑥青梅と氷砂糖が層になるようにビンに入れる。

⑦冷暗所で保存。お砂糖が溶けやすくなるようできれば毎日ビンをゆすってください。2〜3週間で出来上がります。10日目頃にシロップから梅の実を取り除いてください。

⑧梅シロップから実を取り出したら、目の細かい布でこして、弱火で15分くらい火にかける。アクをすくいながら沸騰しないよう注意にし、火を止めて冷ましたら完成！

水や炭酸水、牛乳等で割って飲んでください。

【梅シロップの保存方法】 密閉容器に入れ、冷蔵庫に保管して下さい。

【賞味期限について】 梅シロップが出来上がって火を通したものでした

ら、きちんと密封しての保存で1年くらいといわれています。空気の入りがありましたら1年以内でも発酵の可能性がありますのでご注意ください。

管理栄養士 山本 麻美



夢プラン報告 Vol.2



夢プランはご利用者様・ご家族様の想いに寄り添い、夢や希望を叶えるサービスを実現できないかとのスタッフの想いから生まれ、昨年度より施設としての取り組み始めたサービスです。しかし、いざ「夢プラン」と言っても、スタッフもどう進めて行くべきかと幾度も検討を重ねてきました。

「あなたの夢は何ですか？」と聞くと「ん～何かな？」と考えて即答される方はいません。何気ない普段の会話からヒントが生まれ、じっくり話を聞く事が大事だと言うことに気付きました。そして、その夢の実現には、今まで寄り添っていたご家族の存在・協力が不可欠です。



今までの事例は「孫と一緒に過ごしたい」「息子と出かけたい」「娘を呼んで」「家に行ってみよう」とご家族と楽しく過ごした思い出がよみがえり、プランを実現してきました。

今回の夢プラン報告 Vol2 は、読書好きのご利用者様が好きなシリーズの映画を観に外出を果たされたケースです。

★担当者にお聞きします!!

Q 今回のケースはどのようなきっかけから生まれたのですか？

A 担当者がお部屋に並ぶ相棒の本を見て、「相棒好きなの？私も大好き！」と本当に些細な会話から始まりました。

Q 夢プラン当日のご本人様やご家族様はどのような感じでしたか？

A 嬉しそう、楽しそう、幸せそう、満足な表情ばかりでした。

Q 夢プラン実施以降、ご本人様の生活に変化はありましたか？

A 食欲アップ！気力アップ！自立度アップ！



レポートの詳細は、施設正面玄関を入った正面に掲示してありますので、ご面会の際



などに、ぜひご覧になってみてください!! そこには、今回ご紹介しきれないご利用者様のいろいろな“夢”があります。

「きっと叶えたいと望んでいるのではないだろうか…」
「こんなことをしてあげたいけど、家族だけでは心配…」
そんな声もぜひ職員にご相談ください。今後もお利用者様の声、ご家族の声をじっくり聴き夢の実現に向けてお手伝いして参ります。

ご紹介しました夢プランレポートの掲載は、ご家族様のご承諾を頂きました。ご協力ありがとうございます。

4階フロア 介護長 山下愛子