

関生園

No. 105号
令和5年7月31日発行

社会福祉法人 つくし会 特別養護老人ホーム 関生園

○特別養護老人ホーム関生園
〒021-0901 一関市真柴字柺木立 43 番地 102
TEL : 0191-26-4911 FAX : 0191-26-1615
<http://www.iwate-tukushikai.jp/>
E-mail:tsukushikai@kanseien.or.jp

○関生園デイサービスセンター
〒021-0901 一関市真柴字柺木立 43 番地 124
TEL : 0191-26-1616 FAX : 0191-26-1654
○関生園居宅介護支援事業所
TEL : 0191-26-0739 FAX : 0191-26-1654



7/14(金)お楽しみ会にて
佐々木強様、佐々木和子様ご夫妻



- ・行事いろいろ 2 ページ
- ・ユニット通信 3~5 ページ
- ・きっちんつくしんぼより 6 ページ
- ・関生園デイサービスセンターより . . . 7 ページ
- ・関生園居宅介護支援事業所より . . . 7 ページ
- ・感謝申し上げます 8 ページ
- ・社会福祉法人つくし会令和4年度決算・別紙



お花見ドライブ

カラオケ居酒屋



お楽しみ会



綿あめ・スイカ割り

7月14日(金) 今年もお楽しみ会開催されました。
次はスイカ食うべ♡
綿あめうんめえなあ♡



ユニット通信

ぬくもり

お楽しみ会



佐藤マサ子様

乾杯



菅原政敏様

リサイタルに向けて練習中♪



佐藤キミイ様



小山智恵子様



佐藤タミ様

のぞみ

ドライブ🌸

気分転換にドライブへ♪



菅原幸子様



お楽しみ会🌻

スイカ割りもして夏を感じました♪



伊東さち子様

菅原カツ子様



氏家源一郎様

原田正亀様



早川賢様

ほがらか

New Face
阿部次夫様

カルタ遊び

村上昭子様



お散歩



阿部はつよ様



佐藤耐子様

及川誠之様

ほのぼの

母の日
ありがとう

菅原夫妻

伊藤夫妻



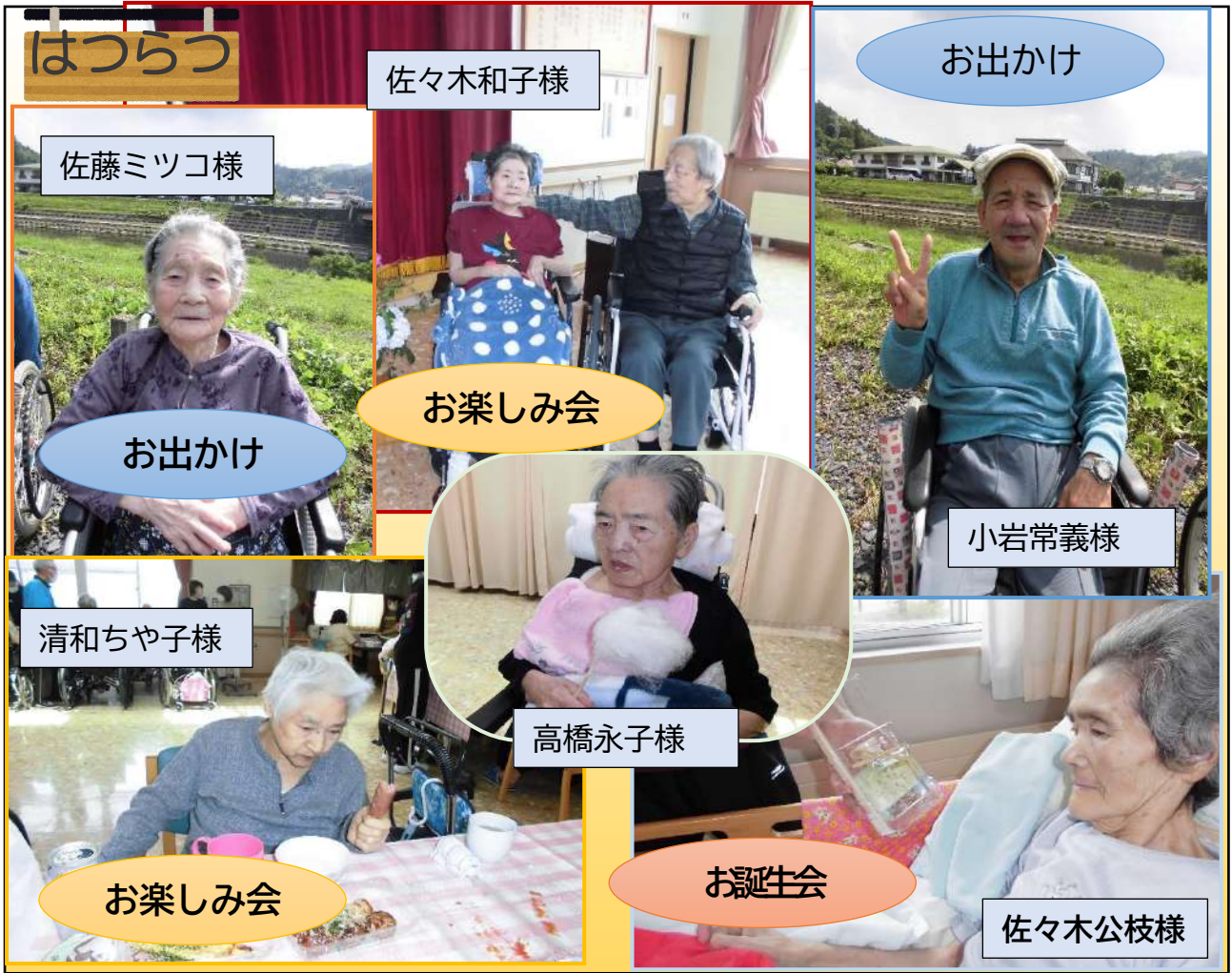
お楽しみ会

蜂谷富貴子様



嬉しいな~♪





ふれあい

野菜・お花植え



石川スミ子様

石川ミサ子様



職員送別会



阿部浦子様

佐藤カツ様

カラオケをしました♪



お好み焼き♡

今年は野菜やお花をたくさん育てています！

き っ ち ん つ く し ん ぼ よ り

「高齢者と食事～高齢者には低栄養が多く見られ、食事の改善が求められています～」

○血液中のアルブミンで栄養状態がわかる

食べ物があり余っている現代に低栄養状態など考えられないと思うでしょうが、栄養の指標とされているアルブミンの量を測定してみると、栄養改善が必要な 3.8g/dl いかになっている高齢者が多くいます。

アルブミンとはたんぱく質の一種で、からだの機能を維持するための重要な成分です。肉や魚、卵、牛乳などの動物性たんぱく質に含まれています。高齢になると老化によって筋肉は減り、体内のたんぱく質は損なわれます。食事で動物性たんぱく質を補わないと、誰でも低栄養状態になりやすいのです。

○低栄養になりやすい人(栄養改善が必要な人)

- ・ 血液中のアルブミン量が 3.8 g/dl 未満
- ・ 血中の総コレステロール値が 150 mg/dl 未満
- ・ 血中のヘモグロビン値が低下し貧血気味
- ・ 体重が半年で 2～3 kg減る、または体重の 3%以上が減少
- ・ BMI が 18.5 未満(やせ)
- ・ 皮膚が乾燥し皮膚の炎症を起こしやすい
- ・ 風邪など感染症にかかりやすい
- ・ だるい、元気がない、食欲がない
- ・ 糖尿病、腎臓病、高血圧症などで食事療法をしている、ダイエットをしている
- ・ 食べ物の好き嫌が多い
- ・ 食べるスピードが遅い、むせる

参考文献

中村育子監修『QOL を高める食事の工夫』日本医療企画、2014 年
管理栄養士 佐藤 隼



関生園デイサービスより

活動の様子



関生園居宅介護支援事業所より



〒021-0901

はのきだち

一関市真柴字 楓 木 立 43-124

電話：0191(26)0739

FAX：0191(26)1654

HP アドレス：<http://www.iwate-tukushikai.jp/>

○介護の事で悩んだらどんな小さなことでも
お気軽にご相談下さい。

○相談費用はかかりません。

現在 5 名体制で対応しております。

営業時間 平日 9：00～18：00（土曜日 1 名当番出勤）

感謝申し上げます

令和5年4月

～

令和5年7月



ボランティア・寄贈



【一関婦人ボランティアの会様】



【金田テル子様】



【佐々木公枝様ご家族様】



【明治安田生命一関東営業所様】

訪問

【菅原鉄道理容様】

【森美容室様】



【森美容室様】

編集後記

～K・T～

令和5年度1回目の発行となりました。5月より新型コロナウイルス感染症が5類に移行となりました。コロナ禍以前にあった日常や活動等も本年度広報誌を通してお伝えできればと思います。

～広報委員会メンバー紹介～

兵藤広和	佐藤礼奈	谷野連
高橋定男	菅原千愛	杉山仁
千田洸大		