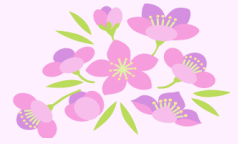


さくらの里

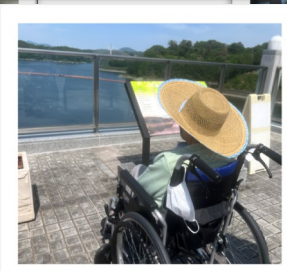
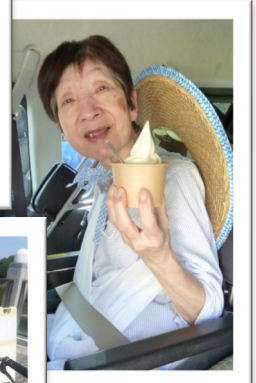


令和8年6月1日発行 第214号

(3階) 母の日ドライブツアー



2026.05.19 (2階)



母の日行事では三春ダム方面にドライブツアーに出かけてきました！初めて三春ダムを訪れる利用者さんもいらっちゃって、車内はドキドキワクワクで盛り上がっていました。ダムに到着してからは風景を楽しみながら記念撮影をして、資料館でダム建設の歴史などを学びました。ダムの水が県外の方まで流れていることには利用者さんも驚きを隠せませんでした。来館記念ハンコもしっかり押し思い出の1ページに記録しました。その後はおおはたやさんに移動してソフトクリームを食べました。大豆の香りがほんのりとした甘さ控えめな大人の味に、皆さん笑顔でソフトクリームを食べていました。2階と3階のツアーは全く正反対の天候となってしまいましたが、利用者さん同士で外出する機会は貴重です。とある利用者さんは皆さんで外出できたことが嬉しかったみたいで、記念撮影の時に嬉し涙を見せておりました。また皆さんで楽しくお出かけしましょうね！

5月の行事食 子供の日メニュー



5月5日（火）は子供の日、祝日メニューです。たまごたっぷりのふわふわのオムライスを提供いたしました。たまごとソースが絡んでとても美味しいと好評でした。和え物やムースもさっぱり爽やかな味で食べやすく仕上げています。



メニュー

- ・オムライス
- ・キャベツの和え物
- ・りんごムース



三春南東北リハビリテーション・ケアセンター

～居宅介護支援事業所だより～



居宅チョットQ ～ちょっとした疑問にお答えします～

Q. 家族と一緒に暮らしていても、ヘルパーさんに家事を頼めるって本当？

みなさんは、「同居家族がいるから、ヘルパーさんに掃除や調理などの生活援助は頼めない」と思い込んでいませんか？

確かに介護保険のルールでは原則NGとされていますが、これには個々の事情に寄り添った大切な「例外」があります。

介護保険が重視するのは、家族の有無ではなく「実際に家事を行える状態か」です。例えば、同居する家族が日中は仕事で不在になる場合や、家族自身が高齢や病気で家事が難しい場合は、生活援助が認められるケースがあります。また、認知症の症状などから、第三者が介入したほうがお互い穏やかに過ごせるという理由で許可されることもあります。

「同居だから」と一人で介護を背負い込む必要はありません。一律のバツではなく、それぞれの家庭の事情に合わせる柔軟な仕組みが整っています。我が家の場合はどうだろうと少しでも迷ったら、まずは私たちケアマネジャーにご相談ください。無理のない在宅生活を続けられる一番良い方法を、一緒に考えていきましょう。

Y.I

介護のことなら何でもご相談ください。（相談無料・秘密厳守）

三春南東北リハビリテーション・ケアセンター内 南東北三春居宅介護支援事業所
相談窓口：Tel.0247-61-2512(直通) 営業日：月曜日～土曜日、8時30分～17時



今月の出来事

THANK YOU MOTHER

【お知らせ】

紙面でご紹介しきれなかった行事などを当施設のホームページに「フォトギャラリー」として掲載しました是非どちらもご覧になってください

三春老健7ホトギャラリー

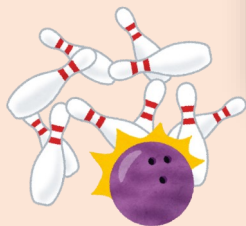


2階フロア



2階では母の日に合わせ、カーネーションの花束を壁面に飾りました。利用者さんにもお手伝いいただき、お花紙を加工して一つ一つ広げてカーネーションを作りました。仕上げにカーネーションを花束に見えるように飾り、隣にはお花紙で作った鯉のぼりを飾りつけました。利用者さんは花束や鯉のぼりの出来栄えにとっても満足し、自分たちで作った大作と一緒に写真撮影もしました。

3階フロア



3階のレクリエーションでは、ボウリング大会を開催いたしました。軽くて小さなカラーボールを使用したため、真っ直ぐ狙うことが難しく思うようにピンを倒すことができませんでした。でも皆さんはゲームに夢中になって取り組んでおられました。周りからの声援もたくさん聞かれ、楽しいボウリング大会となりました。次回はもっとピンを倒しまくって盛り上がりましょう！

通所リハビリ



通所リハビリでは母の日にちなみ、フラワースゲームを行いました。少し離れたところにカゴを置いて、カーネーションの花束を三本投げ、入った本数で点数を競います。曜日によって点数の配分や、カゴまでの距離に変化を加えて実施しました。カゴの近くまで手を伸ばそうとする方や、三本同時に投げて入る確率を上げようとする方など、皆さん知恵を活かしながら工夫してゲームを楽しんでいました。

食中毒を予防しましょう！



食中毒予防の3原則

細菌による食中毒を予防するためには、

- ・細菌を食べ物に「つけない」
- ・食べ物に付着した細菌を「ふやさない」
- ・食べ物や調理器具に付着した細菌を「やっつける」という3つのことが原則となります。

家庭でできる食中毒予防の6つのポイント

point 1
食品の購入

消費期限などの表示をチェック!

肉・魚はそれぞれ分けて包む

できれば保冷剤(氷)などと一緒に

寄り道しないでまっすぐ帰ろう

point 2
家庭での保存

帰ったらすぐ冷蔵庫へ!

入れるのは7割程度に

冷蔵庫は10℃以下に維持

冷凍庫は-15℃以下に維持

肉・魚は汁がもれないように包んで保存

停電中に庫内温度に影響を与える扉の開閉は控えましょう

point 3
下準備

冷凍食品の解凍は冷蔵庫で

タオルやふきんは清潔なものに交換

ゴミはこまめに捨てる

こまめに手を洗う

肉・魚を切ったら洗って熱湯をかけておく

井戸水を使っていたら水質に注意

肉・魚は生で食べるものから離す

野菜もよく洗う

包丁などの器具、ふきんは洗って消毒

point 4
調理

加熱は十分に(めやすは中心部分の温度が75℃で1分以上)

台所は清潔に

電子レンジを使うときは均一に加熱されるようにする

調理を途中で止めた食品は冷蔵庫へ

作業前に手を洗う

point 5
食事

食事の前に手を洗う

盛り付けは清潔な器具、食器を使う

長時間室温に放置しない

point 6
残った食品

時間が経ち過ぎたりちょっとでも怪しいと思ったら、思い切って捨てる

作業前に手を洗う

手洗い後、清潔な器具、容器で保存

温めなおすときは十分に加熱する(めやすは75℃以上)

早く冷えるように小分けする

※食中毒は簡単な予防方法をきちんと守れば予防できます。

それでも、もし、腹が痛くなったり、下痢をしたり、気持ちが悪くなったりしたら、お医者さんに相談しましょう。

厚生労働省「家庭での食中毒予防」参照

介護福祉士・介護スタッフ・看護職 募集中!

- ・業務内容：食事・排泄・入浴・リハビリ介助 等
- ・勤務時間：8:30～17:00
- ・未経験者でも就労可能です ※パートもご相談下さい

随時見学を受付しております!
お気軽にお問い合わせください。



一般財団法人脳神経疾患研究所
介護老人保健施設 三春南東北リハビリテーション・ケアセンター

〒963-7733 田村郡三春町大字山田字クルミヤツ3-3
代表Tel0247-61-2511 Fax0247-61-2522

<http://www.kaigo-miharu.com/>

【ダイヤルイン番号】(通所リハビリと相談室は8:30～17:00)

通所リハビリ:0247-61-5200 相談室:0247-61-5201

2階ステーション:0247-61-5203 3階ステーション:0247-61-5204

南東北三春居宅介護支援事業所:0247-61-2512