

ナースチーム



ナースチームは現在、経験豊富なベテラン看護師とパワーあふれる若手看護師の8名が、ご利用者様に健やかに過ごして頂くため“寄り添う看護”をモットーに日々奮闘しております。

さて、コロナ禍の中、熱中症も心配する季節です。今回は、熱中症対策の1つである水分補給についてお知らせします。



～質の良い水分補給～

- ジュースや清涼飲料水は糖分の摂り過ぎになります。お茶や水で補給しましょう。
- 大量の水分を一度に飲むと胃の働きを低下させます。こまめに補給しましょう。
- 冷やし過ぎの水分は胃の働きを悪くします。5～15℃程度が吸収しやすい温度です。
- 汗をかいたら水分と一緒に塩分も補給しましょう。汗をかかなければ塩分補給は不要です。



管理栄養士 栄養ワンポイント

～免疫力アップについて～

感染症予防・食中毒予防において体の免疫力の強化はとても大切です。免疫機能の強化を図るためにはビタミンC・ビタミンD・乳酸菌の摂取が効果的です。これらを日々の食事に意識して取り入れることで、免疫力アップを図っていきましょう。ビタミンCは・・・キウイフルーツ、苺、パプリカ、さつまいも、柿、ブロッコリー
 ビタミンDは・・・いわし、さんま、しらす干し、鮭、きのこ類
 乳酸菌は・・・ヨーグルト、キムチ、チーズ、漬物 等に多く含まれています。

ビタミンC



ビタミンD



乳酸菌



〈編集後記〉

「TOKYO2020オリンピック・パラリンピック」はご覧になりましたか？オリンピックでは、今回から新採用のスケートボードなどで十代の若いアスリートの活躍に、大いに興奮するとともに明るい未来への楽しみが増え、とても嬉しい気持ちになりました。



広報部 南

ロイヤルだより

令和3年度
vol. 2

〒682-0922 鳥取県倉吉市福守町433 みのり福祉会 倉吉スターロイヤル
 TEL : 0858 (28) 6318 FAX : 0858 (28) 6348 発行月 : 令和 3年 8月



～いきいき菜園～



5月に植え付けた野菜の苗たちが、ご利用者の愛情と太陽の光を燦々と浴びて、とっても大きくなりました！きゅうり・なす・ピーマン・トマトなど、ビタミンが一杯の野菜を取り入れた給食をご利用者に召し上がっていただきました。



【みのり福祉会基本理念】

地域を愛し 地域の皆様の幸せのために 心を込めて奉仕します

【倉吉スターロイヤル基本方針】

わたしたちは、地域に愛され、ご家族様との信頼関係を築き、ご利用者様の人権を尊重し、まごころに満ちた『安心・安全・快適』な生活が送れる施設を目指します。

社会福祉の基本理念に基づいた、良質かつ快適な福祉サービスの提供を実現し、地域社会に『信頼』される施設を目指します。

1階フロア

～笑顔の続く生活～

1階では、日々ご利用様が安心して笑顔で過ごしていただける事を目標にしています。食事の前のラジオ体操・口腔体操、午後からは「しらかば体操」を行って機能の維持を図りながら、ご利用様の身体の状態に合わせたレクリエーションを取り入れ、少しでも「自分で出来た」と笑顔になり、日々の活力につながるよう取り組んでいます。



生け花クラブ

どの花が
いいかなあ



七夕短冊づくり

どんな願い事に
しようかな...



外気浴



あやめ池外出

2階フロア

～心まで満たされる生活～

2階では、ご利用様の心身の状態に合わせた風船バレーなどのレクリエーションや生け花・ちぎり絵・塗り絵などのクラブ活動を行うと共に、外気浴や音楽に合わせた体操を行うことで「気持ちいい」「楽しい」「安らぐ」を感じていただけるように、お一人おひとりに寄り添った支援を心がけています。



日々のレクリエーション

ボールを次の方へ
渡しましょう～



気持ちの良い
天気だわ！

テラスでお茶会

新館フロア

～楽しみのある生活～

新館では、余暇活動の充実に力を入れて取り組んでいます。体や脳の機能維持、気分転換、他者との交流を目的とし、毎日バラエティーに富んだ集団レクリエーションを行っています。また、お一人おひとりの趣味や個性を把握し、将棋・絵・カラオケや歌・習字・生け花など、楽しみや生きがいを持って生活していただけるよう、個別のレクリエーションにも力を入れております。

書道



皆さま真剣な
表情です口

将棋



ガンバレ～！

塗り絵



ボール入れ



作業療法



作業療法士
中井 貴大

当施設では日常生活を送っていただきながら、身体・生活機能や認知機能維持を図るための生活リハビリを主体として支援を行っています。

リハビリの取組みとして関節運動や筋力訓練等の身体的な機能訓練を行うと共に、関節拘縮や褥瘡予防を目的としたベッド及び車椅子上でのポジショニングやマットレスや車椅子の選定・調整を、ご利用様お一人おひとりに合わせて行っています。

また、移乗方法もご利用様の状態に合わせて提案し、移乗の際の負担軽減や外傷リスクの軽減を図ると共に、安全に移乗が行えるよう、リフトやトランスファーボード等の福祉用具の活用「ノー・リフト（持ち上げない介助）」にも取り組んでいます。



ボードを使用しての移乗



可動域訓練