

# 機能訓練

平行棒を使った下肢の筋力強化



- 片足で立ち、太もも上げる
- 片足で立ち、後に蹴り上げる
- 大また歩き



- 片足で立つことで、平行感覚を保ち歩行能力を高める
- おしりの筋力、太もも裏の筋力を強化する

# 白寿荘たより

## 2018年4月号

vol.163



## 内部研修

### (介助技術の基本と基礎)



今月は、新入職員からベテランまで2チームに分かれて実演を交え食事・移乗・排泄介助について全職員参加で学習しました。人間が行動する際は、経験をもとに考え行動します。たとえば、やかんでお湯を沸かす場合、子供などの小さい頃は火を使っているので絶対離れてはダメと教えられました。大人になると料理や掃除をしながらでもお湯を沸かします。それは経験からお湯が沸くメカニズムや注意するポイントを理解しているからです。水は入っているか、火にかけてからどれくらいか、湯気がでているか、火加減はどうかなど無意識に判断していると思います。介護技術も同様で安心・安全に介助するポイントがあります。そういった基本を、実演を通して学ぶ事により利用者様の気持ちなど感じる学習になったと思います。

介護福祉士には“適切な介助方法の助言や指導”を行うという要項があります。介助やケアについてわからないことがあればどんどん職員にご質問頂ければと思います。



今後も研修等を実施し、利用者様の生活が良いものとなるよう努力してまいります。

2F 青木

## 3月 お誕生日おめでとうございます



生江特別養護老人ホーム 白寿荘  
編集責任者 仙石 正哉

社会福祉法人リベルタ ホームページ <http://www.liberta.or.jp/>

白寿荘だより ネット版 <http://www.liberta.or.jp/hakuju/category/hakuju-tayori>

# 「みんなで作ろう！」



## コップにデコレーションしてみました



今回の「みんなで作ろう」は、コップに色々なシールでデコレーションして、自分だけの可愛いコップを作成して頂きました。



始めは、「私には無理よ！」と言っていた方も途中からは夢中になってシールを選び、「どこに貼ったらいい?」「これ、かわいいやろ～」とシールを手に取り、楽しんでおられました。



個性あふれる自分だけのコップが出来上がりました。みなさま、大変喜ばれてコップと一緒に記念撮影!! 「どう? ステキな笑顔といっしょでいいでしょ?！」

4F 中山



# のんちゃん



牛タン



スペアリブ



ハラミ・ミスジ



今月の居酒屋は満開の桜を見ながらのバーベキューです！入居者様で以前、焼肉屋「のんちゃん」をしておられた「のんちゃん」の手作りの秘伝のタレで入居者様、職員みんなで舌鼓をうちました！  
のんちゃん和前日からのタレの仕込み。  
当日も朝から美味しい焼肉の焼き方など伝授していただきました。今回は美味しい楽しい時間をありがとうございました！『のんちゃん!!』  
ちなみに、秘伝のタレのレシピは誰にも教えません～！



秘伝のタレ

4F 中山



## 新しい管理栄養士さんをご紹介します！



このたび白寿荘で管理栄養士として働かせていただくことになりました藤原恵理と申します。

私は学生のときから施設の管理栄養士になることが夢でした。大学卒業と同時に委託の給食会社に就職し、2年間厨房内で現場のことを学び、2月から白寿荘で夢を叶えることができ、とても楽しい毎日を過ごしています。事務所の方や介護職員の方、厨房の管理栄養士さんにたくさんご迷惑をおかけしていますが、皆さん丁寧に教えて下さるので、日々落ち着いて仕事が出来ています。

入居者様の「ありがとう」「おいしいわ」等のお言葉がとても励みになっており、これからも入居者様のご意見をお聞きしながら日々精進してまいります。