



2020.8 月発行

富樫福祉会の基本理念

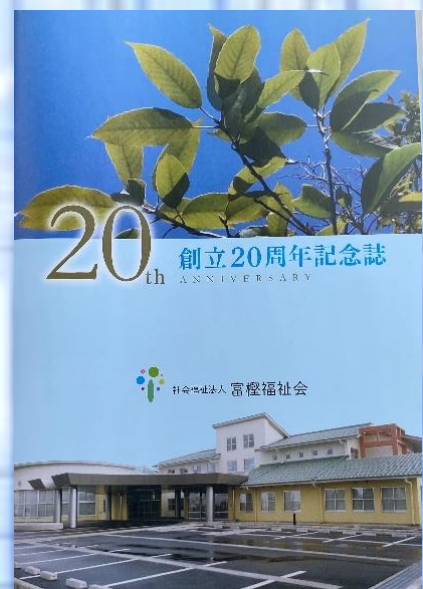
- 「人間が大好き」
- 「人間の尊厳と
その人らしい自立への支援」

富樫福祉会でも新型コロナウイルス感染症予防対策に努めています！！！！

- 職員、利用者の検温
- 来苑時の手洗い、手指消毒
- 職員マスク着用
- 定時の換気、消毒
- 送迎車の消毒
- 事前予約の面会
- オンライン面会
- 座席のソーシャルディスタンス



今年、社会福祉法人富樫福祉会は、創立 20 周年を迎えました
新型コロナウイルス感染症で、記念式典は中止になりましたが、表彰状贈呈と記念誌を発行しました
写真は、功労者表彰 2 名に表彰状をお渡しした様子です



特別養護老人ホーム 施設介護1課

★企画委員で夏にぴったり！コーヒーゼリーをつくりました★



まずは、材料



先に盛り付けのアイスを取り分けて



コーヒーゼリーは
バットで作り



まってきました！



早く食べたい！



ゼリーが固まったら
アイスをのせて出来上がり



まだ食べてない人は
いないかな？

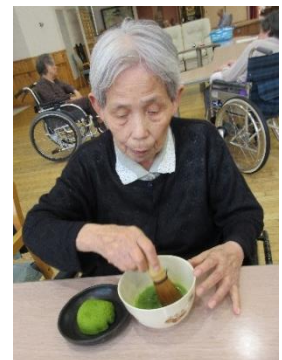
★お茶会をしました★



お茶うけはどれにしようかな？



どれ、どれ！



手を添えて・・・



あーおいしい！もう食べちゃった



良い出来！



シヤカシヤカ

6月おやつレクリエーション



職員が材料を買いにスーパーへ♪
材料：ねぎ・焼豚・鶏ガラスープ・
塩コショウ・たまご・ご飯

中華鍋を使って本格的に作りました！
良い香りがしてきて皆さんワクワクしています♪

ライフクッキング 【チャーハン】



完成!!!



「美味しいわ!」と言って食べる
様子が見られ、とても好評でした♪

富樫苑デイサービスセンター

デイサービスでは毎日、様々なレクリエーション等が行われます。

誕生日会、職員手製のゲーム、ボウリング…



皆さん、それぞれに得手不得手があります。



カラオケがとてもお上手な方も多く、



書道に関しては、手本よりも上手に書かれる方がいらっしゃいます。



理学療法士より

みなさん、こんにちは。理学療法士の亀田です。
新型コロナウイルス感染予防対策ということで、日常生活に多大な影響が出ていますね。
外出自粛などで、きゅうくつな思いをされている方が大勢おられると思います。
そこで、今回は、自宅でもできる簡単で効果の高い筋力トレーニングを3つほど紹介したいと思います。

1.ブリッジ

仰向けに寝て、腰がまっすぐになる高さまで持ち上げます（写真1）。これを10回繰り返します。余力のある方は10秒ほど保持すると良いでしょう。

腰をまっすぐにするのが大事なのですが、腰が痛い方は無理をしないようにしましょう。主にお尻の筋肉を鍛えます。ヒップアップが期待できます。



2.プランク

うつ伏せから、肘を肩の真下に置き、身体をほぼまっすぐになるまで持ち上げます（写真2）。

20秒ほど保持します。

体幹のトレーニングで腹横筋という筋肉を中心に鍛えるので、お腹が引き締まります。女性はくびれができる練習です。

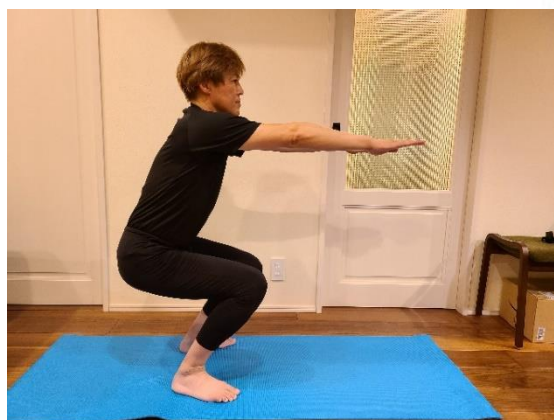
力が弱い方は、膝をついて行っても良いです。



3.スクワット

肩幅に足を広げて、立った姿勢から太ももが床と水平になる位置までしゃがみます（写真3）。10回くらいから行うと良いです。足幅を広げて行う、浅くしゃがむなど、いろいろなバリエーションがあります。両手を前に伸ばして行うと腰が伸びやすく、良い姿勢で運動ができると思いますので、お勧めです。力の弱い方は、浅くしゃがむと良いでしょう。

これも有名どころの運動です。下半身の大きい筋肉を鍛えるので、代謝が上がりダイエットに効くと言われています。



どうでしたか？どれも簡単な運動ですが、運動をしていない方にはきつめの運動です。無理をしないで少ない回数を行うだけでも効果が期待できるので、無理のない範囲で始めてみてはいかがでしょうか？

新型コロナウイルスの感染対策について

医務課

5月末時点で緊急事態宣言が解除されましたが、感染拡大の第二波・第三波の恐れがあり、まだまだ油断できない新型コロナウイルス。今一度、具体的な対策を振り返ってみましょう。

- エレベーターのボタンなど不特定多数の人が触れる可能性があるところは、指先ではなく指の第二関節や肘などで押すなど、工夫しましょう。
- 公共交通機関を利用する際は、不必要なものには触れず、どこかに触れてしまった場合は、利用後速やかに手洗いをするか、手指消毒を行いましょう。
- 咳やくしゃみをする際は、咳エチケットを守りましょう。咳やくしゃみをする時マスクの隙間から飛沫が漏れる可能性があります。マスクをしていても、咳エチケットが大切です。
- マスクについて注意しなければならないことは、マスクを外すときと捨てる時です。表面にウイルスが付着している可能性があるため、マスクの紐以外には触れないようにしましょう。
- 紙幣、硬貨はウイルスが付着している可能性があります。触った後は手指衛生を心がけましょう。



富樫苑では、毎日職員と利用者の体温測定、1日2回の消毒作業など、感染予防につとめています。自分の体調に注意して、嗅覚、味覚異常、発熱、咳、強い倦怠感、息苦しさなど身体の変化に注意しましょう。万が一感染してもウイルスと戦えるように、体調を整えておきましょう。

管理栄養士より

発酵食品をとって、『免疫力』をあげよう

世界中で新型コロナウイルス感染拡大に見舞われ、今、私たちはもともと備えている「免疫力」が試されているように思います。「免疫力」とは、ウイルスや感染症に抗って体を守る力のこと。インフルエンザの感染においても、同様に力を発揮してくれるものです。腸の働きを活発にさせ、腸内環境を良好にすることが、「免疫アップ」に繋がるとして大きな注目を集めています。

その理想的な腸内環境を叶える食材こそが「発酵食品」。発酵食品に含まれる微生物（菌）を摂り、併せて善玉菌のエサとなる「水溶性食物繊維※」も摂取することで、育菌、そして腸活の効果が期待できます。便秘解消にも繋がり、体の代謝を上げる効果も。また、冷蔵庫などが存在する以前から保存食として、または風味を改良したり食品の硬さを柔らかくしたりするといった目的でも行われていました。

主な発酵食品（食材を微生物などの作用で発酵させることによって加工した食品）


納豆、ヨーグルト、チーズ、味噌、醤油、キムチ、黒ニンニク、日本酒、紅茶 etc.

発酵食品の効果

- ①栄養の吸収率 UP
- ②栄養 UP
- ③保存性 UP
- ④おいしさ UP
- ⑤腸が元気になる


※水溶性食物繊維

昆布、わかめ、こんにゃく、果物、里いも、大麦、オーツ麦などに含まれています



施設介護 2 課
川場 渚佐

①趣味：ライブに行くこと
②長所：ポジティブ
③短所：面倒くさがり
④今後どのような職員になりたいか？
「この人の顔を見ると安心する」
⑤自己紹介：金城大学出身の川場渚佐です。私は人との関わりが好きで介護の道を進みました。まだまだ分からないことも多いですが、毎日楽しくやりがいを感じて仕事しています。これからどうぞよろしくお願いいたします。



生活支援課
近藤 紀代美

①趣味：一人カラオケ、最近は相撲観戦
②長所：見当たりません
③短所：おちょこちょい
④今後どのような職員になりたいか？
利用者の方に顔を覚えていただき早く慣れて富樫苑の一員になりたいです
⑤自己紹介：これまで開業医で看護師として働いてきました。介護の職場は初めてですべてが新鮮で学ぶ事ばかりです。皆さん、どうぞよろしくお願いいたします。

富樫苑居宅介護支援事業所

「これまでどおりの生活ができるように、フレイル予防をしましょう」

新型コロナウイルス感染症の感染予防のため、外出する機会が減り、自宅等で過ごす時間が長くなることで、運動不足になっていませんか。

「動かないこと（生活不活発）」による健康への影響が心配されます。

気づかないうちに「生活不活発」により、フレイル（虚弱）が進み、心身や脳の機能が低下するといわれています。

「これまでの生活ができなくなった」「足腰が弱ってきた」「様子が変わって心配」いうことがありましたら、ご相談ください。

☆ 生活不活発を日頃から予防するために ☆

- ① 身体を動かそう！ 散歩やラジオ体操、野々市の 30 分に 1 回起立運動、足踏みやつま先立ちも効果があります。
- ② 3 食バランスよく食べる！ 暑い時期は熱中症予防も大事です。
- ③ 口腔ケアをしっかりと！ よく噛むこと、歯磨きなど手入れをしましょう
- ④ 気分転換や人としゃべる！ 交流や活動が減ることで意欲の低下につながります



令和元年度 社会福祉法人富樫福祉会決算報告

◆貸借対照表◆

(令和2年3月31日現在)

(単位：円)

勘定科目	金額	勘定科目	金額
資産の部		負債の部	
流動資産	153,889,760	流動負債	61,875,176
現金預金	56,633,035	事業未払金	29,309,390
事業未収金	66,108,891	1年以内返済予定リース債務	9,675,672
未収金	72,110	職員預り金	3,766,114
未収補助金	21,796	賞与引当金	19,124,000
立替金	23,638	固定負債	58,500,750
前払金	1,030,290	リース債務	58,500,750
その他の流動資産	30,000,000	負債の部合計	120,375,926
固定資産	1,136,624,070	純資産の部	
基本財産	505,235,491	基本金	1,000,000
その他の固定資産	631,388,579	国庫補助金等特別積立金	522,412,702
		その他の積立金	314,489,000
		次期繰越活動収支差額	332,236,202
		(うち当期活動収支差額)	(△12,490,316)
		純資産の部合計	1,170,137,904
資産の部合計	1,290,513,830	負債及び純資産の部合計	1,290,513,830

◆資金収支計算書◆

自 平成31年4月1日 至 令和2年3月31日

(単位：円)

勘定科目	金額
事業活動収入	453,633,261
事業活動支出	461,305,280
事業活動資金収支差額	△7,672,019
施設整備等収入	204,256,000
施設整備等支出	299,369,106
施設整備等資金収支差額	△95,113,106
その他の活動等収入	122,654,253
その他の活動等支出	122,654,253
その他の活動等資金収支差額	122,654,253
当期資金収支差額合計	19,869,128
前期末支払資金残高	100,945,128
当期末支払資金残高	120,814,256

◆事業活動収支計算書◆

自 平成31年4月1日 至 令和2年3月31日

(単位：円)

勘定科目	金額
サービス事業活動収益	440,881,052
サービス事業活動費用	464,502,232
事業活動収支差額	△23,621,180
サービス活動外収益	13,598,709
サービス活動外費用	2,467,842
サービス活動外増減差額	11,130,867
経常増減差額	△12,490,313
特別収益	60,398,000
特別費用	60,398,003
特別増減差額	△3
当期活動増減差額	△12,490,316
前期繰越活動増減差額	334,726,518
その他の積立金取崩額	10,000,000
その他の積立金積立額	0
次期繰越活動増減差額	332,236,202

苦情相談の窓口より

【ショートステイご利用の家族様より】

「受診のため外出することになっていたはずだが、どうしてまだ準備ができていないのか。」

- 申し訳ございません。当日の担当職員が外出予定を確認しておらず、準備ができていませんでした。確認ミスのないよう申し送りの徹底を図ってまいります。

【ショートステイご利用の家族様より】

「前回の利用後に右手の指に詰めたような内出血を発見したが、送迎の職員からは何の説明もなかった。見える場所に傷があるのに、気付いてもないのか。」

- 申し訳ございません。ご自宅にお送りするまで内出血に気付かませんでした。利用者様のわずかな変化にも気付けるよう、今後ともしっかり確認してまいります。

【ショートステイご利用の家族様より】

「迎えの時間は 10 時ごろと聞いているが 30 分以上過ぎてもまだ来ない。忘れられているのか。」

- 申し訳ございません。利用者様への配慮を怠ってしまったことを深く反省しております。先にお迎えに行った方の排せつ介助の対応に思いのほか時間を要してしまい、大きな遅れになりました。今後、予期せぬ事態が発生した場合などは速やかに電話連絡させていただきます。

皆様からの貴重なご意見、有難うございました。今後も福祉サービスの自己評価を定期的に行い、サービス向上に全力で取り組んでまいります。どのようなことでも結構ですので、引き続き、皆様のお声をお聴かせください。

これからも、どうぞよろしく願いいたします。

寄付・寄贈

(個人)

後石原 勝
嶋田 良夫
砂山 春枝
幅口 雅人
本田 永子
村本 淑江
横越谷 順子
匿名

(団体)

ささゆりの会

ボランティア

(個人)

青地 君子
鶴飼 恵里
浦 勝久
柿原 咲子
金村 美恵子
喜多 郁
絹川 陽子
小倉 周美栄
今保 昌子
佐原 晴夫
清水 美智子
谷 純子
西川 美栄子

(団体)

コールあい
ささゆりの会
富奥保育園
なかいさむと喜怒哀楽
中林町内会
野々市市退職職員つばき会
ハナミズキ
ひまわり会
拍子木の会
ふじひら保育園
ほがらか会
ムジゲマダン
和音

(R1/8/1~R2/7/31 50音順)
敬称略

今回の表紙の題字を新人職員の川場と一緒にお手伝いしていただき、

すてきな題字が出来上がりました。ありがとうございました。



〒921-8834 石川県野々市市中林4丁目6番地

特別養護老人ホーム富樫苑

☎076-248-8765

富樫苑ショートステイ事業所

富樫苑デイサービスセンター

☎076-248-8471

富樫苑居宅介護支援事業所

☎076-248-8474

E mail info@togashien.jp

URL <http://www.togashien.jp>



ホームページはこちらから