

ほのほの塔南

2022年(令和4年)5月号(No.37)

作成：広報委員会 井上武則

社会福祉法人 京都福祉サービス協会
総合福祉施設 塔南の園
〒601-8445
京都市南区西九条菅田町4-2
TEL 075-662-2731
FAX 075-662-2735



どうなんのその

<http://www.tounan-no-sono.or.jp>



着任のご挨拶

日頃より塔南の園に対して、ご利用者をはじめ、ご家族の皆様、地域の皆様等においてはご支援とご協力をいただき、心からお礼と感謝を申し上げます。

この度、2022年4月1日付で「総合福祉施設 塔南の園」の施設長に着任しました松本 功でございます。

昨年3月末まで塔南の園で総務部長を5年半務めており、当法人の「高齢者福祉施設 久我の杜」に施設長として異動となりました。そしてこの4月に、一年ぶりに塔南の園に帰ってきました。通いなれた施設でまた仕事をすることができ、大変嬉しく思っております。

新型コロナウイルスの終息にはまだまだ時間が掛かると思います。その中で、皆様には大変ご不便をお掛けしていますが、法人の理念であります「暮らしに笑顔と安心を」のもと、安全に、安心して、そして楽しみをもって生活していただけますよう努めて参ります。

どうぞ、ご指導ご鞭撻のほどよろしくお願い致します。

2022年4月1日
施設長 松本 功

塔南の園コラム「口から健康を考える」

長引くマスク生活でお口におい「口臭」が気になる方も多いと思います。その程度や頻度は人によって異なります。朝起きた直後やおいの強い食品を食べた後などは、誰でも多少のにおいがあるものです。このような生理的、食べ物などによる口臭は通常、時間の経過とともに減少していきます。口の中や鼻、のどの病気、呼吸器系の病気、消化器系の病気などが問題です。口臭は口の中に原因があるものが90%以上といわれていますので、まずは歯科医院などで相談されるといいでしょう。



口臭のある人は年齢とともに多くなります。むし歯や歯周病、入れ歯の使用、唾液の減少によるお口の乾燥などが関係していると考えられます。飲酒や喫煙、舌苔なども口臭の原因となります。また高齢で寝たきりになったりして歯磨きがおろそかになると口臭も非常に強くなりますので家族やまわりの人々による口腔ケアが大事になります。すべての年代において、常に口の中を清潔にしておくことが口臭予防には大切です。

京都市南歯科医師会・南口腔ケアセンター
歯科医師 高木理史

5月 旬の献立

アジの南蛮漬

春の後半にあたる5月は旧暦を「皐月」と呼びます。

旧暦の5月は梅雨で、合間に抜けるような青空が見られます。

これを「五月晴れ」と言います。過ごしやすい日が続く、夏の気配も感じられますね。

【材料】(2人分)

鱈(3枚おろし)	2尾	玉ねぎ	20g	塩・コショウ	少々	①ボールに漬け汁の調味料を混ぜ、
にんじん	10g	片栗粉	少々	ピーマン	2/1個	千切りにした玉ねぎ・人参・ピーマンを入れる。
サラダ油	適量					②鱈をお好みの大きさに切り、塩コショウを振ってから片栗粉を薄くまぶす。
〈漬け汁〉						③フライパンでサラダ油を熱し味を両面焼く。
しょうゆ	大さじ2	酢	大さじ6			④焼いた鱈を熱いうちに①の漬け汁に漬ける。
みりん	大さじ2	出し汁	大さじ6			
砂糖	大さじ2	赤唐辛子	1本			

鱈ってどんな魚？

鱈は通年入手できますが、旬の時期は春から夏にかけてと言われています。たんぱく質やカルシウムの吸収を助けるビタミンDさらにEPAという健康維持に重要な脂肪酸が多く含まれています。このEPAは血流を良くする働きがあり、血圧の上昇を防ぐ効果が期待できます。こんなにも大切な役割を担っているEPAは体内で生成できないので、食事やサプリメントから摂取しないといけません。

みなさんは普段から食べていますか？
意識するだけで今より健康へ近づきますよ！

管理栄養士 谷口祐希



職員日誌



塔南の園デイサービスセンター勤務の熊内 良です。昨年の4月に居宅部門から人事交流という形で、こちらに配属となりました。1年前までは、訪問介護の事務所で勤務しており、自分がデイサービスで勤務することになるとは、想像もしていませんでした。目まぐるしく過ぎていく毎日に必死で付いていくしかありません。1年が経過しようとしている今でも、自分の未熟さを痛感しており、日々、職員の皆さんに助けられています。異動当初からコロナウィルスが猛威を振るい、デイサービスセンターが休業となることもありました。そして、未だコロナ渦が継続しており、厳しい状況ですが、そんな中でも職員の皆さんの協力があり、デイサービスセンターの運営がなされていることは、感謝の一言しかありません。訪問介護と通所介護、事業が違えど、共通していることがあります。それは、我々が、ご利用者の生活の一部を支えていること。そして、また、我々の生活もあらゆる意味でご利用者に支えられています。介護労働者は感情をコントロールしなければならない感情労働者でもあります。介護職は決してストレスを受けにくい業種ではありません。非常に大変な仕事ですが、ご利用者の言動や職員の笑顔に救われ、やりがいを感じています。やはり人は人に支えられて、生かされているのだと実感します。サッカーの年間最優秀選手に送られるバロンドールを過去7度受賞しているリオネル・メッシは歴史上最高のプレイヤーと言われていますが、常に謙虚で人柄も素晴らしい選手と言われています。「常に謙虚に、そして少しの自信を」

皆が、健康で幸せになりますように！神様、仏様・・・(合掌)



たこ焼きレクリエーション



新入職員 紹介コーナー

★新入職員への質問★

01…氏名

A…林 拓未 (はやし たくみ)

02…趣味

A…ラジオを聴くこと スポーツ観戦 散歩

03…介護の仕事を目指したきっかけ

A…祖母が高齢者施設に入所してそこで働く職員さんがとてもとても優しくしてくださったのがきっかけです。

04…就職に京都福祉サービス協会を選んだ理由

A…説明会に参加したときに雰囲気が良いと思い選ばせて頂きました。

05…未来の私 (今後の目標)

A…笑顔で頑張りたいです。

★ひとこと★

皆さん初めまして。これから精一杯頑張ります。

今はマスクをしており見せる機会も少ないですが、笑ったときにえくぼができるのが特徴です。宜しくお願いいたします。



★新入職員への質問★

01…氏名

A…植田 恭介 (うへだ きょうすけ)

02…趣味

A…硬式テニス

03…介護の仕事を目指したきっかけ

A…福祉の他分野と比べて、キャリアパスが多彩だと感じたからです。

04…就職に京都福祉サービス協会を選んだ理由

A…説明会で悩みや不安を真摯に聞いて頂け、安心して働けそうだと感じたからです。

05…未来の私 (今後の目標)

A…制度と現場に精通したソーシャルワーカー

★ひとこと★

介護経験ゼロなので不安ばかりですが、よろしくお願いします。



4月に入職しました。ケアワーカーの小川晃(おがわあきら)です。よろしくお願いします。



修徳から異動して来ました。ケアワーカーの久万田時宗(くまだときむね)です。よろしくお願いします。



はじめました



TOUNAN.NO.SONO

Follow Me!!