

ちとせ

新聞



理事長 吉田盛範

当社会福祉法人千歳会の活動を、いつも応援いただきありがとうございます。

梅雨もあつという間に明け、暑い日が続いています。また、コロナ感染症も、少し落ち着いてきたと思えば、現在は第 7 波が急拡大しています。

めまぐるしく変化する時代にあっても、私たち社会福祉法人千歳会の事業は、一人ひとりのご利用者のためにあり、地域社会をよくすることを目的としていることには変わりありません。

基本理念である【笑顔のちとせ ちいきで ともに せいかつ 住み慣れた地域で生活したいとの願いを実現できるように支援します】を、具現化できるようにみんなで力を合わせて頑張っていきたいと思いま

早いもので私が吉田理事長と共に千歳会に関わらせて頂いて 7 年になりました。この滋賀県彦根市には、私の仕事上の本拠地及び生活基盤の神戸から、或いはこれも私が関わっている学校法人の京都からと、幾度も足を運ばせて頂きました。その度に地域のお年寄りに心を込めて寄り添い純粋に福祉一直線の職員の方々に胸打たれたものでした。

振り返れば平成 18 年の法人設立から、千歳会の職員の方々は常に“利用者本位の目”で地域に密着した福祉を目指し取り組んで来られました。これこそが今日の「笑顔のちとせ ～ちいきでともにせいかつ～」の社会福祉法人千歳会の真の姿であるのだろうと思っております。

巷はまたコロナ第七波云々で騒々しくなっておりますが、千歳会は今後も引き続きコロナ感染予防を続け、利用者の方々の幸せと共に邁進していけるよう願うばかりであります。

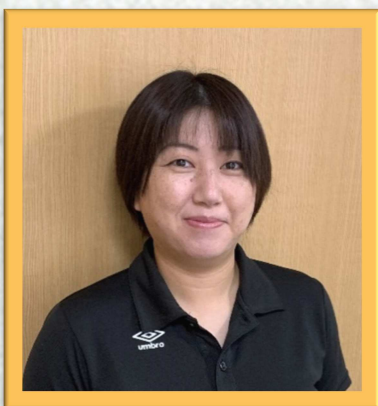


理事 津田四郎

日頃より、当法人をご利用頂き、またご協力いただき誠にありがとうございます。

「ウィズコロナ」といわれ 3 年が経とうとしております。日常生活では不自由さとストレスが取れない毎日かと思っておりますが、スタッフ一同できる限りの感染予防対策を取りながら安心して当法人のサービスを利用していただけよう努めております。

また、日々の小さな幸せを大切に、笑顔である時間を皆様と共有できるよう心掛けていきたいと思っておりますので今後ともどうぞよろしく願いいたします。



統括管理者 木田千夏

デイサービス久左



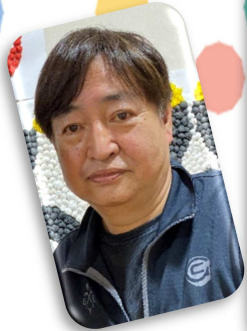
～心地良い一日が過ごせるように～



一緒に働いてみませんか？
素敵な笑顔に出会えますよ！



小規模多機能型介護事業所 久左の家
あったかい 第2の我が家



和気あいあいと
アットホームな
職場で働いて
みませんか？



訪問介護事業所

利用者様に寄り添いながら
心からの思いを込めて…



資格が眠っていませんか？
私たちと一緒に、いきいき
楽しく働きましょう！

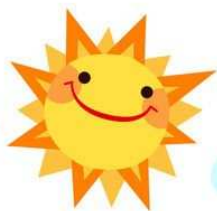


居宅介護支援事業所

笑顔・行動・思いやり



居宅利用者さんの手作り作品



法人本部事務局

笑顔で謙虚に爽やかに



夏のコロナ対策と熱中症



マスクの着用により、マスクを着けると皮膚からの熱が逃げにくくなったり、気づかないうちに脱水になるなど、体温調整がしづらくなってしまいます。

暑さを避け、水分を摂るなどの「熱中症予防」とマスク、換気などの「新しい生活様式」を両立させましょう。「熱中症」は高温多湿な環境にいる事で、徐々に体内に熱がこもった状態を指します。屋外だけでなく屋内で何もしていない時でも発症し救急搬送となることや、場合によっては死亡することもあります。

屋内でも人との距離が確保できて会話もほとんど行わない場合は、マスクを着ける必要はありません。

熱中症予防のためにはエアコンの活用が有効です。ただし、一般的な家庭用エアコンは、空気を循環させるだけで換気は行っていません。新型コロナウイルスの対策の為に、冷房時でも窓開放や換気扇によって換気を行う必要があります。換気により室内温度が高くなりがちなので、エアコンの温度設定を下げるなどの調整をしましょう。

少しでも体調に異変を感じたら、速やかに涼しい場所に移動しましょう。エアコンが効いている室内や、風通しの良い日陰など、涼しい場所に移動してください。

暑い時間帯の外出は避け、日傘や帽子の着用、涼しい服装を心がけましょう

屋内でも外出時でも、のどの渇きを感じていなくてもこまめに水分補給をしましょう。1日当たり1, 2リットル（コップ約6杯分）を目安に、入浴前後や起床時などに、水分補給をしてください。大量に汗をかいたときは、塩分も忘れずにとりましょう

毎朝など、定時の体温測定や健康チェックを行い、日頃からご自身の身体を知り体調管理をしましょう。平熱を知っておくことで、発熱に早く気付くこともできます。体調が悪いと感じた時は、無理をせず自宅で療養するようにしましょう。

ヘルパーさんの簡単レシピ

主菜以外でも簡単にタンパク質量を増やせます

手軽がうれしい

たんぱく質量UPレシピ



ゆで卵とトマトのサラダ

【作り方】ゆで卵(1個)、トマト(1/2個)を食べやすい大きさに切り、マヨネーズ(大さじ1)で和える。

卵は動物性たんぱく質、トマトはビタミンCが豊富。

卵を加えて、たんぱく質量が6.1gアップ!



さつまいものチーズかけ

【作り方】さつまいも(100g)をラップに包んで600Wの電子レンジで2分加熱する。輪切りにして耐熱皿に並べ、ピザ用チーズ(20g)を散らし、ふんわりラップをかけて600Wの電子レンジで30秒加熱する。

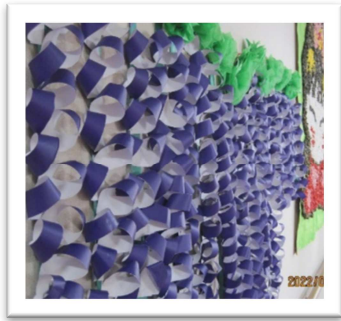
チーズは動物性たんぱく質が豊富でビタミンDも含む。さつまいもはビタミンCが豊富。

チーズを加えて、たんぱく質量が5.2gアップ!

デイサービス久左



紫陽花や藤がきれいに咲きました。



ボール遊び♪



バラ園へお出かけ。



久左の家

彦根カロム

猛暑が続く中 涼しく感じます



彦根市民は一家に一台
カロムを持ってる
と言う噂…☺



梅雨時の壁画



社会福祉法人千歳会

〒522-0083

滋賀県彦根市河原二丁目1番3号

電話 0749-21-5144 (代表)

FAX 0749-24-4829 (代表)

E-Mail chitosekaigo1810@song.ocn.ne.jp (代表)

HP <http://www.chitosekai.net/>

□居宅介護支援事業所 (ケアマネジャー)

電話 0749-21-5144

E-Mail cm1@chitosekai.net

□訪問介護事業所 (ヘルパー)

電話 0749-27-2555

E-Mail helper01@chitosekai.net

□小規模多機能型居宅介護事業所 久左の家

電話 0749-21-2666

E-Mail kyuuzanoie1@chitosekai.net

□認知症対応型通所介護事業所 デイサービス久左

電話 0749-24-6600

E-Mail kyuuzal@chitosekai.net

□法人本部事務局

電話 0749-21-5144

E-Mail chitosekaigo1810@song.ocn.ne.jp

