

神栖市障害者デイサービスセンター

# のぞみ通信

平成30年4月25日発行

No. 1

〒314-0121

神栖市溝口1746-1 保健・福祉会館内

神栖市障害者デイサービスセンターのぞみ

生活介護事業所（茨城県知事指定No.0812900363）

基準該当放課後等"付"入

（神栖市指定 No.0832900245）

<指定管理者>

社会福祉  
法人

神栖市社会福祉協議会

Tel.0299-93-1063 Fax.0299-92-8750

携帯 090-6922-4323

## 春爛漫 笑顔満開 三人衆



今年の桜は平年より早い開花となりました。満開の桜が楽しめるのはほんの1週間程度。今年もはかなく美しく咲く桜を楽しみに出掛けました。

3月26日、27日はお天気も良く最高のお花見びよりでした。神栖中央公園は満開の桜が利用者さんを出迎えてくれました。

そして、のぞみの廊下の壁面でも制作物の桜が満開になっており、季節を感じることが出来ます。

# 今月のベストショット

4月23日、24日、25日にマクドナルドに行きました。  
たくさんのメニューがあつて、  
何を食べようか迷っちゃいますネ。

Happy Birthday  
~ 4月 ~



両手にお花でうれしそう



今年のプレゼントは「タオル」です

## 看護師よりひとこと

正しいマスクのつけ方（最も一般的な「使い捨てプリーツマスク」について）

近年、風邪予防などのために、日常的にマスクをつけている人が増えました。  
一方で、そのマスクに「表と裏」や「上と下」があることをご存知ですか？  
あるメーカーの調査によると、実に70%の人がマスクを正しくつけていないという結果が  
出ています。

今回はマスクの正しい効果を得られるよう、正しく着用する方法をご紹介します。



### 1. マスクの「表と裏」の見分け方

- ★ポイント
- ・ プリーツ（折り目）、つまり、マスクのひだが下向きになっている面を外側（表）にする。（全メーカー共通）
  - ・ 耳にかけるゴムの取り付け面がある方を外側（表）にする。（ただし、メーカーによって異なる事があるので注意してください。）
- ※表と裏を間違えてつげると、プリーツの中にウイルスや花粉がたまり逆効果になる可能性がある。

### 2. マスクの「上と下」の見分け方

- ★ポイント
- ・ 鼻周りの隙間を調整するための針金が付いている方を「上」にする。

### 3. マスクの着用手順

- ①手を洗う
- ②マスクの「表と裏」、「上と下」を確認する。
- ③マスクの口に当たる部分に触れないように、マスクを顔に装着する。
- ④マスクの針金部分を鼻に当て、鼻をつまむ用に調整する。（出来るだけ隙間がなくなる様に）
- ⑤マスクを広げてあごの先まで覆う。（広過ぎて頬に隙間が出来ない程度に）
- ⑥鼻・頬・あごの隙間をなくすように押さえる。



マスクは正しく着用してもウイルスの除去効果は40%程度と言われています。残りの60%は、顔とマスクの隙間から入ってしまいます。誤った着用では、さらにこの効果は下がります。マスクの正しい着用はととても大切です。

厚生労働省HP参照

# のぞみ 農園・ガーデンご紹介

お庭に花や野菜の苗を植えて、毎日観察しながら大切に育てています。



スマイリー(\*^。^\*)フラワーの花言葉 ご案内こ～な～  
ベゴニア赤.....公平  
ベゴニア白.....親切  
ベゴニアピンク.....丁寧  
マリ-ゴールド黄...健康

## おしらせ

ボランティアさんが来てくれます

オカリナポポはオカリナの演奏を、アラジンは手品を披露してくれます（午後2：15～2：45）。  
ご家族の方も一緒に楽しみませんか？参加ご希望の方は職員にお伝えください。

来所予定日

5月11日（金）オカリナポポ  
5月26日（土）アラジン



## 神栖市障害者デイサービスセンターのぞみ ご紹介 ～利用者様アンケートの結果報告～

のぞみではサービスの質の向上を目的に利用者みなさまやご家族にご協力をいただき、アンケートを実施しました。今回のアンケートの回収率は82.3%でした。

のぞみの利用満足度については、9割以上の方に満足とご評価いただきました。

利用者みなさんの希望するレクリエーションは音楽鑑賞やカラオケ、季節行事、外出であることが確認できました。今後もボランティアさんにご協力いただき、新たな外出先の検討やプログラムの開発などを実施し利用者みなさんにとって魅力あるサービスを提供していきます。

利用者みなさま、ご家族みなさまご協力ありがとうございました。



【生活介護】のぞみは、茨城県指定事業所として、障害のある方々の日中生活や活動を支援しています。ご本人の自立とご家族の介護負担が少しでも軽くなるようお手伝いします。  
（利用の条件：市内にお住まいの障害支援区分3以上の方、  
50才以上の方は区分2から 利用定員20名）

【基準該当放課後等デイサービス】障害のある子どもたちの学校休業日、長期休暇において療育の場（日常生活動作の指導、集団生活への適応訓練等）を提供しています。  
（利用の条件：支援学校に通う重症心身障害のある児童・生徒 利用定員5名）

◆随時見学を受付けています。（デイサービスのぞみ0299-93-1063 担当：大川）

# 5 月の予定と昼食メニュー

月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5
	DVD鑑賞	カラオケ	コスプレ・フォト	おたのしみ風呂（菖蒲湯）	
	ご飯 はんぺん肉詰め フライ おろし和え すまし汁 黒糖かん	ご飯 魚のから揚げ ごま酢和え けんちん汁 フルーチェ	ご飯 ハヤシライス 白菜みかんサラダ かき玉スープ かぼちやかん	ご飯 チキンタルタル なめたけあえ みそ汁 芋ようかん	中華まぜごはん 半月卵あんかけ 甘酢つけ ワカメスープ かしわもち
7	8 出張散髪サービス	9	10	11 オカリナポポ	12
お誕生日会	制作物（メッセージ・カード作り）			お誕生日会	制作物
ご飯 さけのバター焼き ひじきの炒め煮 みそ汁	ご飯 豚肉立田揚げ カボチャ小倉煮 すまし汁	ご飯 豆腐だんご 青菜ソテー とろろ昆布汁	ご飯 魚かみニル スパサラダ みそ汁	ご飯 ミートボール なめたけあえ にら玉汁	ご飯 肉豆腐 チキンサラダ みそ汁
おたのしみ	コーヒー寒天	ヨーグルトゼリー	パイナップルゼリー	おたのしみ	フルーツゼリー
14	15	16	17	18	19
体 力 作 り 週 間					
ご飯 鶏肉の南部焼き もやしカレー みそ汁 杏仁豆腐	肉うどん 大根サラダ 果物 かぼちやまんじゅう	豚丼 甘酢漬 すまし汁 蒸しパン	ご飯 エッグコロツケ おろし大根 すまし汁 さつまいもペースト煮	ご飯 煮しめ 青菜としめじの ソテー みそ汁 ミルクティプリン	ご飯 かに玉風 みそマヨあえ 春雨スープ ごまプリン
21	22	23	24	25	26 アラジン
DVD鑑賞	散歩	クイズ大会	カラオケ大会	DVD鑑賞	お誕生日会
ご飯 マーボー豆腐 中華サラダ コーンスープ ももゼリー	ご飯 中華旨煮 きのこおろし 豆腐スープ カスタードプリン	ご飯 魚の塩焼き もやし卵いため 五目スープ おやつツツカ	ご飯 鶏肉マヨネーズ焼き お浸し みそ汁 おやつツツカ	ご飯 コーンしゅうまい ナムル 中華スープ ミルクくずもち	ご飯 豚しゃぶ 切干し煮 かき玉スープ おたのしみ
28	29	30	31	◇予定は変更することがあります。 ◇行事に参加したい時は職員にお伝えください	
外出（港公園）		DVD鑑賞	避難訓練		
ご飯 チキンかつ ピーマン塩こぼ まいたけ汁 豆乳プリン	ご飯 オムレツ 高野豆腐の煮物 みそ汁 ミルクあずきかん	ご飯 豚肉とキャベツ みそ炒め 大根なます 中華かきたま汁 ココアプリン	ご飯 魚の味噌煮 はるさめ炒め すまし汁 抹茶プリン		

## 【お願い】

- ・お休みなどのご連絡は当日の8：30までにのぞみ携帯090-6922-4323へお願いします。体調等の様子を詳しく確認させていただきます。ご了承ください。
- ・手帳ケースやカバンにあるぬり薬の使用期限等をご確認ください。

編集後記 今年ものぞみ農園が始まりました。利用者さんも朝の来所後は成長具合が気なるようで窓際からうかがう姿がみられます。  
寒暖に差が激しい今日この頃、体調管理を万全に！（大川け）