

# エスポだより

## 目次

- P2 入所フロア
- P4 通所フロア
- P6 相談室だより
- P8 リハビリ・栄養課通信
- P9 各部署よりお知らせ

2024

9

第313号





# 入所フロア

# 2F



## わたしたちの 作品展

### 折り紙手芸 (作:前田美代子さん)



折り紙で色々な作品を作成されており、お部屋だけでなく廊下にも飾らせて頂いております♪

今は「何か大作を作りたい!」という目標のもとに、お花のリースの作成に取り掛かっています🌸

完成しましたら、ご紹介させていただきますので楽しみに…♪



👉 作成中のお花のリース🌸

このお花を56個も作らなくてはいけないため、毎日大忙しです!

### プラモデル (作:介護職員)

(作:介護職員)



退職した介護職員の方から寄付して頂いたプラモデルです。

パーツの組み立てや色付け全てをご自身で行っており、大会に出場するほど精密な作りになっています♪

多くの面会者や業者の方も足を止めて見ていくため、ぜひ一度ご覧になってください♪

美容室で

さっぱり!



予約制のため、ご希望の方は、職員までお申し付けください♪





# 入所フロア 3F



こんにちは！3階フロアです。

今月は皆様の体操している様子と、ボランティアの方々から認知症マフを頂いたので、実際に着用した様子をお届けします♪

## 体操の時間



## 認知症マフ

素敵な模様が装飾されており、利用者様も大変喜ばれておりました♪



## 認知症マフ とは？



認知症の方が感じる手元の不安を和らげるため、手を入れることのできる円柱型のニット製品です。イギリスの高齢者施設や病院で使用されており、「Twiddle Muff」と呼ばれています。「Twiddle」は「(手で)いじる」、「Muff」は「防寒具」という意味で、認知症の方がニットや飾りに触れることで安心感を得られるそうです♪



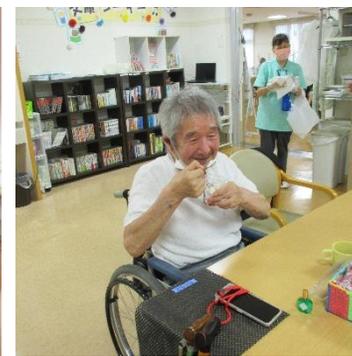
# 通所リハビリ

介護  
フロア



今月介護フロアでは、おやつレクとして、暑さに負けないよう冷たいアイスパフェを作りました。

バニラ味やチョコ・イチゴ味のアイスパフェに冷凍フルーツと好みにチョコレートソースやストロベリーソースをかけて召し上がって頂き、とても美味しかったと笑顔が見られました。



来月の敬老会では、和菓子を食べたりカラオケなど行う予定です♪



# モルックのルール

## 道具

## スキttl

### モルック



投げる棒のこと



ピンのこと。モルックを投げてスキttlを倒す。

### モルッカーリ



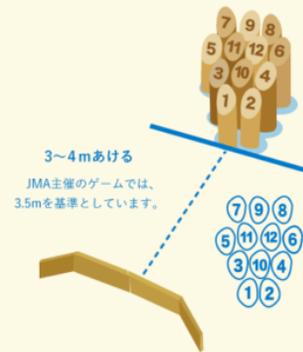
地面に置いて、モルックを投げる位置を示す。

## ルール

モルックを投げて倒れたスキttlの合計が50点ピッタリになった方が勝ち！

## 遊び方

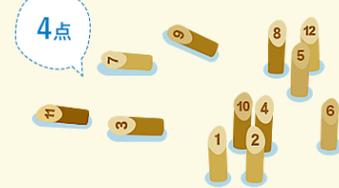
①地面にモルッカーリを置き、そこから3~4m離れたところにスキttlを右の図の順番に並べます。投げる時にモルッカーリに触れたり、踏み越えると0点となります。



②2チーム以上で対戦しますので、投げる順番を決め、順番にモルックを投げてスキttlを倒していきます。

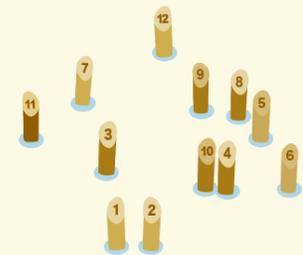


1本しか倒れなかった場合は、「倒れたスキttlに書かれている数字=点数」



複数本のスキttlが倒れた場合は、「倒れた本数=点数」

③スキttlは、倒された地点で再び立てられます。そのため、ゲームが進むにつれてスキttlが広がり、倒すのが難しくなってきます。いずれかのチームが50点を先取した時点でゲーム終了となります。



## 注意点

- ・3回連続スキttlを倒せなかった場合は、失格！
- ・スキttlが完全に倒れていない場合はノーカウント！（重なって倒れて地面についていないなど）
- ・50点を超えて得点した場合は、25点に減点！そこからゲームは継続されます。

参考：「一般社団法人 日本モルック協会」ホームページ  
<https://molkkky.jp/>



☞ こちらのQRコードを読み込んで頂きますと、より詳しいルールが確認できます。

## リハビリ科「在宅復帰の取り組みについて②」

皆様こんにちは。

現在フロアでは在宅復帰の取り組みを行っています。そこで今回は9月に在宅復帰を予定している利用者様の取り組みの様子について紹介していきたいと思います。



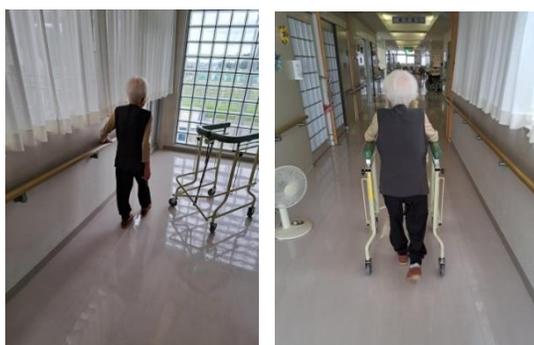
まず最初に、一人一人違う目標を明確にする必要があります。

そこで、ご本人のお部屋に左の写真のような「目標シート」を貼り、目標達成に必要なこと付箋に書き出し、「いまがんばること」「できたこと」「ゴール」に分類します。

目標を視覚化することで、ご本人への意識づけだけでなく、他のスタッフとの情報共有にも繋がっています。

### 目標シート

目標が達成できた時は、ご本人と一緒に付箋を右へ移動させます♪



### 伝い移動・歩行場面

また、ご自宅に帰るためには、ご自宅の環境に合わせて伝い移動の獲得や、筋力・体力をつけるといった目標を達成する必要があります。

そこで、リハビリの時間以外にも、フロアスタッフとも協力し、実際の生活場面でも歩行練習を行っています。

ご自宅での生活に対するご希望やご不明点、不安なこと等、お気軽に担当のリハビリ職員までご相談ください。

## 栄養課「七夕 行事食」



今月の行事食は、  
「七夕そうめん、白和え、果物、牛乳」  
でした♪

来月は、敬老の日には赤飯や天ぷら、  
秋分の日には、さつまいもご飯等を予定  
しております！



# ～各部署よりお知らせ～

## 入所

### ★ 9月の理美容

9月11日(水)/9月25日(水)

※予約制のため、ご希望の方は職員までお申しつけください。

## 通所 9月行事

### ★ 介護フロア

・敬老会  
16日(月)、17(火)、18日(水)

### ★ 予防フロア

・敬老会BBQ  
3日(火)、4日(水)、5日(木)

## ★ Free Wi-Fi 利用できます！

詳細(パスワード等)は、館内の各階に掲示しておりますので、ご活用下さいませ。

ご不明点がございましたら、職員までお申しつけください。



## ★ 館内での撮影について

利用者様と職員のプライバシー及び個人情報保護の観点から、施設内での無許可による撮影、また、SNSへの投稿は禁止しております。

撮影をご希望の方は、お手数ですが職員へお声掛け頂きますようお願い申し上げます。



## アクセス



●お車でお越しの場合  
輪厚インター（ETC専用）より1分/札幌南インターより10分

●バスでお越しの場合  
《中央バス》  
地下鉄福住駅より輪厚ゴルフ場経由、北広島駅行にて40分  
北広島駅より輪厚ゴルフ場経由、地下鉄福住駅行にて15分  
《無料シャトルバス》  
北広島駅から月曜～土曜まで運行中！  
※祝日、12/30～1/3、8/15は運休

時刻表はこちら 



## 面会・外出の時間

### ●面会

- ・ 9時～17時
- ・ 人数や年齢制限はありません。
- ・ 15分程度でお願いします。
- ・ 受付にて面会カードのご記入をお願いします。

※コロナ感染症発生時等、ご面会禁止の際はホームページにて最新情報を掲載しておりますので、ご確認下さいませ。

### ●外出・外泊

- ・ 出入りは9時～18時でお願い致します。

※事前に医師の許可が必要です。日にちが決まり次第、職員にお申しつけ下さい。

※基本的にはご家族様送迎となりますが、車いすの方等のご相談ください。

## 医療法人社団 翔仁会

●輪厚三愛病院	TEL(011)377-3911	FAX(011)376-3526
●介護老人保健施設エスポワール北広島	TEL(011)376-3911	FAX(011)377-5621
●訪問看護ステーションリエゾン	TEL(011)376-0505	FAX(011)376-0521
●居宅支援相談センターきぼう	TEL(011)376-3911	FAX(011)377-5621
●北広島にし高齢者支援センター	TEL(011)370-3922	FAX(011)370-3933
●グループホーム雪ぼうし	TEL(011)377-3914	FAX(011)377-3934
●介護付有料老人ホーム悠々	TEL(011)377-1101	FAX(011)377-1501

▼翔仁会のHPはこちら▼





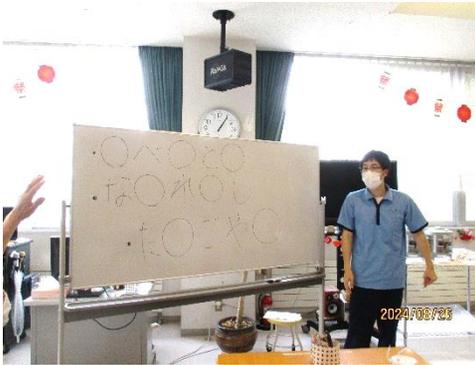
# 通所リハビリ

## 予防 フロア



リハビリスタッフによる  
脳トレ開催！

今月予防フロアでは、リハビリの先生指導のもと、脳のトレーニングを行っています！  
身体を動かし脳を鍛える運動とホワイトボードを使用して問題形式でのトレーニングを行っており、皆さん真剣に取り組まれていました。



**8月 お誕生日  
おめでとうございます**



脳を鍛えよう！

# 相談室だより

## 〇〇のすすめ

人にすすめたい「もの」「こと」「ひと」について紹介するコーナーです！“紹介したいことがある！”という方、ぜひ広報委員までお声掛けください😊

みなさま、こんにちは！エスポワールモルック部(非公式)会計のSです。  
オリンピックを終えた今、世界が注目しているモルックという競技をご存知ですか？  
フィンランド発祥の木製の棒を投げて、12本あるピンの倒れ方(1本であれば断面に書かれた数字2本以上であれば倒れた本数)で採点する年齢や身体状態にかかわらず全ての人々が楽しめる、運と技術の組み合わせで楽しむ投擲競技です。  
ご存知の方もおられるかもしれませんが、2019年8月お笑い芸人の「サンドウィッチマン」の富澤氏の助言がきっかけでモルックを始めた同じくお笑い芸人の「さらば青春の光」の森田氏がモルック協会に電話し、練習会に参加して30分後には東京カップで4位に入賞した。そこで優勝した世界大会経験者でもある山口順氏に声をかけ、タイーク金井、みなみかわと共にキングオブモルックを結成。世界大会には“やる気”と決勝開催地への渡航費さえあれば出場できるということで、日本代表として世界大会に出場した逸話もございます。それから5年後の今年、なんと函館で世界大会が原稿の締め切りである今日8月23日から3日間にわたり15カ国 672チームが出場し鎬を削っております。

“やる気”はあったのですが、渡航費が残念ながら捻出できなかった私と一緒に9月14日に開催されます翔仁会秋祭りにてモルックが体験できます。ぜひこの機会に！！次はあなたが日本代表です。(掲載時には終了していたらすみません??)



☞ エスポワールモルック部の代表として大会に出場するSさん。

☞ 実際に使用する道具。



☞ 大会に出場するさらば青春の光の森田さん。



次回は…  
エスポワール北広島登山部  
(非公式)副部長のSさん

アウトドア全般の経験と知識が豊富Sさん！何をすすめてくださるかお楽しみに♪

翔仁会  
秋まつり

日時  
9月14日(土) 10:00~15:00

会場  
①エスポワール北広島  
※モルックは正面玄関前で開催予定！  
②介護付有料老人ホーム悠々  
③輪厚三愛病院

グルメ屋台  
※野菜販売もあります

縁日(射的・スーパーボール・ヨーヨー釣り)

防火教室

翔仁会  
キッサニア  
(職業体験)

