

CHALLENGE NEWS

チャレンジニュース!!

知的障害者入所更生施設

多機能型福祉サービス事業所



チャレンジめいとくの里



サポートセンター めいど

一発行
社会福祉法人 明徳会
〒861-5503
熊本市明徳町707-1
TEL(096)215-9101
FAX(096)245-2344



11月6日晴天。
第6回めいとくフェスタを開催しました!!

スタッフ集



みんなで踊ろう!!



人がこんなにたくさん!!



盛り上げるぞ♪

<担当者にインタビュー>

Q: 今回会場の場所が変わりましたね
A: はい、前回の会場から変更して、駐車場になりましたが、芝生あり長方形の使いやすいスペースでとても評判が良かったです。

Q: たくさんのステージイベントがありました。外部の方などもおられたようですね!
A: そうですね。利用者様をはじめたくさんの団体に参加していただきました。ありがとうございました
・3B体操 ・おひさまクラブ ・北部幼稚園
・おとつむぎ ・専修大学玉名高校マーチングバンド部
皆様ありがとうございました。

Q: 模擬店もとても賑わっていましたね!
A: はい! おかげさまで賑やかな模擬店になりました! 感謝です。外部からの出店もあり、大盛況でした。
・「タオカフェ」…コーヒー販売 ・「ママスパパス」…パン
・「山風華」…アイスクリーム ・「牛島商店」…たこ焼き 回転焼き

Q: 最後に一言どうぞ!!
A: 大きな事故等なく無事終了することができました。第6回めいとくフェスタにご協力いただいた全ての皆様へ感謝いたします。ありがとうございました!!

くもうひとつ最後に… 携わったみなさんへ>
運営組織に10部署を作り、各部署に運営スタッフから責任者を配置しました。それぞれ通常業務を抱えながらフェスタの準備を進めました。ボランティア募集やステージ依頼、模擬店準備など外部との交渉もあり、うまくいかなかった事もありました。しかし、壁にぶつかりながらも一步一步前進し乗り越えた、その集合体が今回のフェスタです。責任があるぶん、何かを得ることができて達成感も大きいものになったと思います。良く頑張ったね、ありがとう!! (実行委員長: 中田)

ボランティア募集

明徳会では様々な場面でボランティアを募集しています。

TEL: 096-215-9101
MAIL: meitokunosato@yahoo.co.jp
担当: 中田 今井

十一月十三日ボランティアとして、ホンド労連より八名様が当施設へ来園され、玉ねぎの苗植えをされ、寄贈品として農芸に役立つ『動力噴霧器』を頂きました。ありがとうございました。



苗植え中です。




全員写真

めいとく福祉相談室

クーリング・オフ制度を知っていますか? 購入した商品、サービスの契約を解除出来る制度です。
「勧誘を断り切れず、高額な商品を契約してしまった」など、不当に高額な商品を購入させられてしまった場合などに無条件で返品や解約が可能です。期間等の条件もありますが、困りの際は、是非お近くの消費生活センターにご相談されることをお勧めします。障がいのある方でお困りの方は一緒に考えましょう。

めいとく福祉相談室 後藤




1月行事予定

~3日 : 年末年始帰省最終日
7日 : ディスコ
11日 : 成人・還暦お祝い会・誕生会
12日 : きらりG外出
18日 : さくらG外出
25日 : わかばG外出
31日~2月1日: 一泊旅行(佐賀県~三井グリーンランド)

ありがとうございます!!

【寄贈】
みかん、トイレットペーパー、お菓子
コーヒー、饅頭、洗剤、置物
【ボランティア・フェスタボランティア】
魚谷様
株式会社リスロン宮崎様
熊本大学様
保健科学大学様
わいわいHVC様

ありがとうございます



めいちゃん日記 ~お散歩編~ 広報: 瀧下

こんにちは。最近とても寒くなりましたね。これはある日の日曜日
にめいとくの里のアイドル犬「メイちゃん」とご利用者様の「Aさん」と施設周辺を散歩した時に面白いモノを発見しました☆☆☆

一ツ目
かき発見!
甘い味? 酸い味?



二ツ目
発見!
お化け? おち葉?



新任職員紹介

古澤 美沙子支援員
9/27から当施設で仕事をさせて頂くことになりました。『笑顔、元気』をモットーに頑張っていきますので宜しくお願いします。



澤田 洋美支援員
ご利用者さまに名前を覚えて頂けるよう『笑顔』で頑張ります。宜しくお願いします。




祝 直撃インタビュー~今後の抱負

金賞
アビリンピック
パソコンデータ入力部門
丹邊 剛さん
次は、ワード検定を取得します!

永年勤続者表彰式(10年)
福田 悟支援員
20年目指してこれからも頑張ります!!

食事ができるまで

「食事」はご利用者様の元気の源です。ご利用者様の嗜好や健康状態に配慮し、家庭的で見た目も楽しんで頂ける食事作りに心掛けています。また、安全でおいしい食事を食べて頂けるよう、栄養課全員で日々奮闘しております。

今回は知っているようで知らなかった、食事がどうやってできているかご紹介したいと思います。

◇栄養

皆さんは毎日食事をどのようにしていますか？普段ごはんを作る時には、まず始めにどんな献立にしようかと考えると、当施設では献立を考える前に、カロリー・たんぱく質・各種ビタミン類などの栄養の基準を作ります。これは厚生労働省が五年ごとに出している『日本人の食事摂取基準』というデータを基にし、ご利用者の年齢・性別に合わせて必要な栄養量の平均値を出します。これを献立を考える土台とします。ちなみに十二月現在の栄養量は、エネルギー2027kcal、たんぱく質56g、鉄8.6g、カルシウム607mg、ビタミンC100mgとなっています。



0kcalは、食欲が旺盛な方でも満足して頂ける量となります。量が多いという方に関しては、ご家族様・担当支援員・医務と相談しながら量の調整も図っています。

栄養の基準が出たら、次にどんな食材を一日にどれだけ使えば基準の栄養量を満たせるのかを、表にまとめます。穀類、砂糖類、肉類、野菜類、等の十八の食品群のグラム数をバランスが良いように食品成分表や、過去のデータを参考に決め、献立を考える目安にします。

ここから、どんな献立を作るのかを考えます。

◇献立

使う食材の量や栄養の基準に注意しながら、献立を立てていきます。



朝・昼・夕と大きく三食にふりわけます。基本的には栄養量も三食同じぐらいにふりわけなければいけません。活動に備えて昼食・夕食に満足ある食事内容(カロリー高めのもの、腹持ちの良いもの等)になるよう心がけています。また、同じような料理が続いていないか？料理の組み合わせが変じやないか？季節の食材を使用しているか？ご利用者様の好みに合ったもの

のを出しているか？...など、色々なことに注意しながら料理を組み合わせていきます。この他にも食事を楽しんでもらえる内容のものになる取り組みを考えます。

- ①年間行事食の予定(月一回以上)
 - ②誕生会メニュー
 - ③麺メニュー
 - ④味御飯メニュー
 - ⑤セレクトメニュー
 - ⑥新メニューの取り入れ
 - ⑦ボリューム感
- 以上を基に献立が出来上がりします。

◇調理

献立が出来たら食材を発注して、調理を行います。調理師さん達の腕の見せ所です。



食材の分量は先で述べたようにきちんと決められたグラム数を使いますが、調味料も塩分やカロリーの取りすぎになるので決められた量を使います。また、個別対応もしっかり行っています。御飯量の調整、きざみ

食、軟菜食、ペースト食、アレルギー、薬との関係による禁止食材、皿、等々。

調理の際に気をつけていることはそれだけにとどまらず、厨房内の整理整頓・清潔の保持、食材の温度管理、調理時の温度管理、調理師の健康管理、定期的な研修などしっかりと行い、安心して安全な食事作りも行っています。

◇その他にも意識していること
小さいことも知れませんが...
・直前調理の実施(あたたかい食事を食べていただきたい)
・天然だしの使用

- ・(化学調味料は極力控える)
- ・施設で収穫した食材の取り入れ(無農薬野菜、低農薬野菜)
- ・水分補給用のお茶の提供
- ・手作りの食事
- ・ドレッシングの種類を増やす(野菜が苦手な方が多いため)

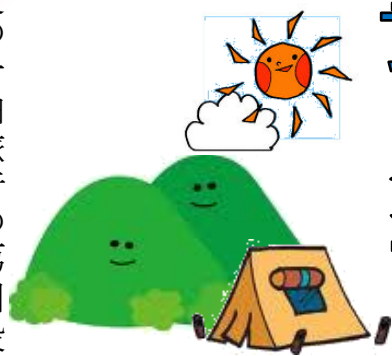
食数としては、職員の食事も含め朝食は五十食程度、昼食は百二十食程度、夕食は六十食程度の食事を提供させて頂いています。食数も多く毎日時間に追われておりますが、食事内容の質を落とさないよう日々頑張っております。

また、ご利用者様の体重に関して、ほとんどの方は今年4月から2〜3キロの変動内で体重を維持されており、食事量も適切である(多くもなく少なくもない)という結果をいただいております。

これからも、ご利用者様の満足を第一に考え、食堂においしい笑顔があふれるよう食事作りに励んで行きたいと思っています。

(栄養課 山木)

九重キャンプ



今年度の一泊旅行の第四段として十月十八日から九重(キャンプ)へ行ってきました。一日目は今園のキャンプのメインである九州自然遊歩道のトレッキングを行いました。スタート地点の長者原ドライブインからゴールの牧ノ戸峠までは約四kmの道のりです。もちろん登り坂で途中足場が悪いところもありましたがご利用者様、支援員全員無事にゴールすることができました！熊本市内はまだまだ汗ばむ陽気でしたが、さすがに九重まで行くと涼しくて、気持ち良く歩くことができました。そして

ともできたとお思います。夕食は美味しい焼き肉を思う存分頂きました。その後はゆつくりと温泉に浸かって温まりました。夜の九重は冷え込みも早く、宿泊先のロッジには既にストーブも準備されていました。翌日の朝は石井副施設長直伝の「牛乳パックホットドッグ」を食べ、ゆつくり過ごして帰園の途につきましたが、バス車内では心地よい揺れと疲れで皆さんスヤスヤ眠っていました。今年度の旅行の中では一番シンプルな旅行でしたが、自然にたくさん触れることができて良かったと思います。(追立)



熊本市障がい者大運動会



頑張りました!



イエイ☆



選手宣誓

十月十六日(土)熊本市障がい者大運動会が開催されました。開催場所が今年にはアクアドーム(変更になり、また当施設の参加が今年には三年ぶりで、出発前は初めての場所と三年ぶりの参加でワクワク感と少しの緊張感がみなさんから伝わってくるようでした。

また、施設から代表として熊本昭彦さんが「おもしろくてたのしい大会にすることを誓います！」と元気に選手宣誓をされ、競技が始まりました。

徒走から技巧走まで盛り沢山で、一生懸命走る姿や最後まで諦めずゴールする姿はとてもかっこよく、ご利用者様一人ひとりが輝いていました。家族の方も多数応援にお越し頂き、本当にありがとうございました。

また来年が楽しみですね!

(安藤)

