



## デイサービスセンターきらきら アンケート調査結果報告

### アンケート調査へのご協力ありがとうございました。

この度、ご利用者ご家族の皆様にご意見をお伺いし、アンケート調査を行いました。お忙しい中、丁寧にお答えを頂きありがとうございました。ご回答頂きましたアンケートの結果を真摯に受け止め、改善すべきものは検討を行い、ご利用者様、ご家族様に満足いただけるサービス提供を目指して参ります。

#### 【通所介護のサービス内容について】

##### ＜利用前・後の状況について＞

施設に関する情報提供について、施設での行事内容や各種取り組み、介護保険法の改正に伴う内容なども含め今後もご家族様の皆様に毎月の広報などを通じて、施設に関する情報提供に努めて参ります。

デイサービス利用においては、ご利用者様一人ひとりサービス計画書を作成しています。サービス提供にあたりご利用者様の利用状況等を把握していただけるよう連絡ノートへ記載していきます。また、具体的なサービス内容や費用については、サービス利用中とはず、ご不明な点等ありましたらお問い合わせ下さい。

#### 【日常のサービス内容について】

##### ＜日課(レクリエーション等)・リハビリの取り組みについて＞

個別機能訓練計画書立案に伴い、その方に適した機能訓練、また、ご本人様、ご家族様のご意見・要望を取り入れながら訓練を実施していきたいと思っております。

これらの他に、レクレーションを通して心身のリフレッシュ、機能維持を図りながら楽しく利用して頂けるよう努めていきます。

利用時お気づきの点等ありましたら相談・苦情受付担当(生活相談員:井上)へお願い致します。ご家族様からの貴重なご意見、ご要望、苦情内容につきまして、一層ご利用者様に満足いただける介護サービスの実現に向け検討及び対応できるよう努めてまいります。

#### 【施設へのご意見・ご要望等について】

沢山の貴重なご意見、ご要望を頂きありがとうございました。その一部についてではありますが、こん

##### 1)入浴について

施設における入浴設備環境等につきましては、現在構造上等により変更することは困難ではありますが、入浴時間中において、プライバシーに配慮しながら同時間帯での入浴人数に配慮することにより、ゆとりのある環境の中で入浴していただけるよう努めてまいります。また、入浴に要する時間については、体調に配慮するべく浴槽に入っている時間を制限することも踏まえて対応させて頂いておりますが、ご利用者様個々のご要望、利用時の体調を考慮して安心、安全にご利用いただけるよう努めてまいります。

##### 2)機能訓練について

ご利用者様個々に機能訓練計画におきましては、機能訓練指導員(看護師)、介護職員が連携して計画書作成及び実施をしておりますが、来年度から、外部のリハビリテーション専門職とも連携してご利用者様の身体機能等を把握、ご要望や施設環境設備を踏まえ、訓練計画の提示、選択により訓練を実施の上、定期的な評価、報告等を行ってまいります。詳しい実施内容等については、今後担当者からご家族様へ案内することとなります。

##### 3)プライバシーの配慮について

トイレの設備環境におきましては、使用中における安全確認が出来るようにとカーテンを設置してご利用できる環境としてまいりました。しかし、利用される方のお気持ちに配慮することや安全を確保するために行うべき対応方法についても改める必要性を実感しております。この件につきましては、今後改善を図るべく検討してまいります。



2月14日はバレンタイデー！今回はチョコレートの栄養についてご紹介します。

## チョコレートの健康パワー

### ◎カカオポリフェノールの効能

がんや動脈硬化などの様々な病気の原因といわれる活性酸素を抑える働きがあります。

#### 1. 動脈硬化の予防作用

カカオポリフェノールはLDL-コレステロールの酸化を防ぎ動脈硬化などの生活習慣病に効果的といわれています

#### 2. がんの発生を抑制する効果

細胞のDNAの突然変異(がんの発生)を起こすきっかけとなる変異原性物質とカカオポリフェノールを同じ試験管内に入れたところ、細胞DNAの突然変異が抑制されたことがわかりました。まだ、動物実験の段階ですがココア(チョコレートの原料)が大腸がんを抑制する効果も示されています。

強いストレスを感じている人が毎日ダークチョコレートを食べることでストレスが軽減することが明らかになっています。

#### 3. ストレスに打ち勝つ

ダークチョコレート(カカオ74%)を1日2回20gずつ毎日食べた結果、不安傾向が高い人のストレスホルモンが減少したとの報告があります。

#### ◎集中力・記憶力up、気持ちを穏やかにさせる

チョコレートの甘い香りは集中力や記憶力を上げることが明らかになっています。テオプロミンという成分には自律神経を調整する作用もあるので、緊張を和らげリラックス効果も期待できます。

#### ◎ミネラル・食物繊維が豊富

チョコレートにはカルシウム・マグネシウム・鉄・亜鉛等のミネラルや食物繊維がバランスよく含まれています。

## チョコレートのウソ・ホント

### ◎チョコレートを食ると太る！？

チョコレートに含まれているカカオ脂は通常の油に比べてカロリーが低く体内での吸収率も低いといわれています。ただ、市販のチョコレートには砂糖が多く使われていてカロリーが高いものも多いので食べ過ぎには気をつけましょう。

### ◎疲れると、そうしてチョコレートが食べたくなるの？

チョコレートに含まれている糖類は吸収が早くすぐにエネルギーになります。テオプロミンという苦み成分には脳を刺激する働きがあり、集中力・記憶力をアップさせる働きがあるので、疲れているときや何かに集中したいときにはお勧めです。疲労回復に効果的ですが、**食べ過ぎは禁物！！**です。

お腹がすいたときにチョコレートをほんの少し食べるだけで満腹感が得られ、ドカ食いや食べ過ぎを防ぐこともできます。

※チョコレートの1日の摂取目安は、  
カカオ70%以上のダークチョコレート50g  
まで！です

## 施設からのお願い

### ●面会に関するお願い

長期の面会制限に伴い、ご利用者の体調や日常生活へのご家族様の皆様の不安等を少しでも解消していただきたく、ご利用者様とご家族様がふれあう機会としてスマートフォン、タブレット端末を使用したビデオ通話及び1F正面玄関ガラス越しによる面会を実施しています。ご希望される場合は、お手数ですが右記連絡先までご連絡ください。

《ビデオ通話利用時間》 10:00-11:30 14:00-16:30

《 代楽受付時間 》 9:00 - 16:00

\*毎週月曜日から土曜日、当日は1時間前までにお問い合わせください。

《1階正面玄関ガラス越し》 \*毎週日曜日のみ実施しています。

10:00-10:45 (11:00 終了)

14:00-14:45 (15:00 終了)

《 予約受付時間 》 9:00 - 16:00

\*希望される日曜日の月曜日から土曜日

### ●清拭布のご寄付をお願いします。

日頃多くの皆様にご協力いただき感謝申し上げます。

清拭布は消耗品の為にすぐに少なくなってしまうのが現状です。

洗濯してある柔らかい布類(例えば、Tシャツやタオル類、布オムツ等々)でそのままでも結構ですが、できれば三十センチ四方に裁断していただければ助かります。

尚、使用用途など、ご不明な点等がありましたら、職員までお問い合わせ下さい。

### お問合せ先

社会福祉法人戸川会 福寿荘きらきら

TEL 0556-22-7531 FAX 0556-20-1210

Eメール fukujusoukirakira@view.ocn.ne.jp

## お知らせ

1階正面玄関ガラス越しによる面会について、毎週日曜日のみ実施してききましたが、2月より土曜日(不定期)を追加実施することとしました。つきましては、実施日における確認及び事前予約は上記連絡先までお願い致します。

ご協力の程、宜しくお願いします。

### 《編集後記》

新型コロナウイルス感染症対策の一環として実施しております面会制限におきまして、長期間にわたりご協力いただき、感謝いたします。

今回、屋内での面会の代わりに実施していた1階窓越し面会は、毎週数多くのご家族様にご利用頂いていることから、不定期ではありますが、土曜日についても実施させていただくことと致しました。ご家族の皆様におかれましては、この機会に是非面会をして頂きたいと思っております。(1)

## 2月の行事予定

### 特養施設

### デイサービス

2日 節分X1-	16日 セレクトX1-
5日 理美容	18日 機能回復訓練
11日 ロールケーキ作り(鳥コ)	26日 誕生会X1-
15日 理美容	誕生会

書道教室

8日

\*令和2年3月に発行した4月号においてご案内致しました令和2年度行事予定は新型コロナウイルス感染症に伴い予定を変更して実施しております。