# もぐもぐキッチン

令和7年8月から、地域の方々と一緒に『簡単』・『美味しい』・『栄養のある』・『旬な食材を使った』料理を行う交流の場として、国府・中海高齢者総合相談センターがお手伝いして、

**もぐもぐキッチン** を開催しました。

グリーン・ポート小松の管理栄養士が様々な料理の提案を行いながら、今までに"鶏と長芋の出汁トマト煮"や"丸芋のお好み焼き"などを作りました。参加者の方からは楽しかったと好評をいただきました。

地域の皆さんに楽しんでいただけるような企画を皆様と一緒に考えていきます。
（国府・中海高齢総合相談センター）

**連絡先：0761-47-2921**

# ★出場★ 介護技能グランプリ

**排せつ部門でみごと技能賞を頂きました!!**

今年も『**介護技能グランプリ**』に施設を代表して2名の職員が出場しました!!

昨年までは、"介護フェスタ"内での開催でしたが、今年から新しく"キッザケアいしかわ"に変わり、その中で開催されました。

食事や排せつ、入浴と3つの部門に分かれ、応援や見学する多くの人たちの前で、日頃の介護技術を競い合いました。

"キッザケアいしかわ"に変わり、多くの子供たちが見ている中での開催でした。子どもたちに少しでも介護の魅力や仕事内容などを伝えることができたのではないかと思います。

＜理　念＞
私たちは、一人ひとりの健康と生きがいを大切にしています

＜基本方針＞
利用者の意思及び人格を尊重し、常に利用者の立場に立って施設サービスを提供するよう努めます

発行
〒923-0073　石川県小松市岩渕町４６番地２
TEL（0761）47-2900　FAX（0761）47-2905
介護老人保健施設
グリーン・ポート小松

# 楽　苑

第69号　令和8年 2月1日発行

介護老人保健施設
グリーン・ポート小松

　暦の上では春を迎えましたが、まだまだ寒い日が続いております。ご利用者の皆様を始め、ご家族、関係機関や地域の方々など、多くの方々に日頃より、温かいご支援をいただき、心から感謝申し上げます。
　新しい年を迎え、笑顔あふれる毎日を、ご利用者やご家族の皆様と共に築いていければ幸いです。
　本年も介護老人保健施設グリーン・ポート小松をどうぞよろしくお願いいたします。

## 新年会

2026年を迎え、グリーン・ポート小松では1月7日に新年会を開催しました。
皆さんでチラシ寿司を一緒に作って食べたり、おやつでは福梅を食べました。
また、久しぶりとなるカラオケ大会も開催しました。

### グリーンポート手まり唄

H様　作

貴女方どこさ　加賀さ
加賀どこさ　石川さ
石川どこさ　小松さ
小松養護が　暖かくあってさ
それを介護で　暖めてもらってさ
目配り　気配り　できてさ
お室隅々　見て廻る
ｸﾞﾘｰﾝﾎﾟｰﾄ　やさしい　介護さ

童歌の手まり歌である『あんたがたどこさ』をグリーン･ポートバージョンに歌詞を自ら改変して披露してくれました!!

# ハロウィンパーティ

10月31日㈮はハロウィンということで、ハロウィンパーティを開催しました。
　ボランティアの方によるマジックショーを楽しみ、最後はハロウィン特製のおやつの中から好きなものを選んで、おいしくいただきました。
　とても賑やかで楽しい時間を過ごすことができました。

# グリーン・ポート小松 ギターコンサート

グリーン・ポート小松の夏祭りで入所者様たちの前でその美声を披露した職員によるギターソロコンサートを、再度、開催しました。

# 令和7年度
# 応急手当技能競技会

　今年度も小松市消防本部主催の応急手当技能競技会にグリーン・ポート小松から1チーム（3名）が参加しました。
　競技会は、10月5日（日）に末広体育館で行われ、「しみん救護員」の技術向上、次世代を担う防災リーダー・ボランティアの育成及び応急手当の普及を目的に、開催されています。競技会では、心肺蘇生法やAEDの使用、応急担架による搬送などの技術を競いました。

# 第13回 おれんじの会

　医療法人社団田谷会では、地域連携セミナーとして『おれんじの会』を開催しております。
　多職種連携などを目的として、さまざまな内容のセミナーを開催してまいりました。
　今回の内容は、『能登の震災や豪雨災害を受けての振り返りやその課題』についてでした。
　田谷泌尿器科医院での被災者の受け入れや震災や豪雨災害の現地で直接で対応された「訪問看護ステーションみなぎの管理者をされている中村悦子氏の特別講演」がありました。
　時間の経過とともにどうしても災害に対する意識が薄れていくことから、改めて日頃からの防災意識の重要性を考えることができました。

# ヘルスケア教室を開催

通所リハビリセンターグリーン・ポート小松では、毎年、年２回（春と秋）、地域の高齢者の方を対象に、健康の維持や増進、介護予防を目的として**ヘルスケア教室**を開催しております。

2回目のヘルスケア教室が、11月16日（日）に開催され、多くの方にご参加いただきました。

第２回目の教室では**“骨密度”**をテーマにしました。

## ヘルスケア教室のスケジュール

施設の送迎車またはご自身の車で施設に到着

**①受付**

**②体力・健康測定**

【メニュー】
骨密度測定
握力測定
10m歩行測定

**③健康体操**

リハビリ専門職による日常でもできる体操を全員で行いました!!

**④セルスケアアドバイス**

リハビリ専門職より、測定結果を踏まえて、骨密度の重要性や骨を強くする運動、食生活などについてのアドバイスがありました。

施設の送迎車またはご自身の車でご自宅へ

# グリーン・ポート小松の日常

## ●サークル活動

生け花や折り紙、料理などの
サークル活動中！

## ●誕生会

誕生者の方をお祝いし、
ゲームをしたり、おやつを
作って食べたりしています！

# クリスマス会

## Merry Christmas!

昨年の12月、クリスマスツリーや色とりどりの飾りに囲まれた華やかな雰囲気の中、クリスマス会を開催し、ハンドベル演奏やサンタクロースが登場し、プレゼントを利用者の皆様にお渡ししました。また、クリスマスケーキを選んで頂き、皆さんで一緒に食べながら、和やかなひとときを過ごしました。