



デイサービスセンター

新しい年になりました。2015
今年も笑顔あふれる年になりますように!!

クリスマス会

～ X'mas リースづくり ～



クッキング

～ クリスマスケーキ ～



制作

～ まつぼっくり ふくろう ～



職員紹介

藤本 一成(介護士)



これから
よろしくお祈りします

【利用時間】 要支援 10:00～15:30 要介護 9:30～16:45
【利用日】 月～土曜日

ご利用ご希望の方はケアマネージャーもしくは香東園支援センターまで、見学も可能です。お気軽にお問い合わせください。

医務室だより

●高齢者は常に「脱水」気味?
高齢者は体内水分量は約10%少ないとされています。その脱水を自覚する機能が低下し、腎機能も衰えるなど、体内に水分を蓄えておく力が弱くなっています。高齢者は日常的に脱水気味であり、下痢や嘔吐、発熱、発汗などの症状で、たちまち脱水状態に陥るリスクが高いに注意しましょう。
対策としては、コップ1杯(150、200ml)の水を8回程度にわたってハラン、飲む習慣をつけること、冷たい飲み物をこまめに飲むこと、冷たい飲み物を一気に500ml以上飲んだり、お酒を飲み過ぎたりすることは避けましょう。食事は、鍋や根菜など季節の食材を取り入れて水分を補うことがお勧めです。身体機能の弱い方々には、周囲の人を気を配り、一緒に元気を冬を乗り越えたいですね。



●こまめな水分補給と加湿
体内の水分と塩分ナトリウムやカリウムなどの電解質が不足した状態に陥るのが脱水症です。水分とともに細胞や臓器の機能維持に必要な電解質も失われるため、血液がドロドロの状態になります。食欲不振、頭痛や吐き気、脚がつる、脱力などの症状があり、深刻な場合は、脳梗塞や心筋梗塞などの危険性もあります。冬に脱水症が起るの理由としては、空気の乾燥、水分摂取量の減少、空気が乾燥する冬、室内の湿度は屋外に比べ下がる傾向があり、閉め切った部屋で暖房機器を使用すると、さらに乾燥が進みます。湿度が下がると、皮膚から体外へ出る水分量が増えますが、気温が低いので、その脱水を感じにくくなります。こまめな水分補給と加湿器、洗濯物を部屋干しする、などの工夫が効果的です。室内の湿度を1日を通じて50%前後に保つことが、脱水予防のポイントです。

空気が乾燥しがちな冬にこそ脱水に用心



盲養護老人ホーム



新年あけましておめでとうございます
今年もよろしくお願い申し上げます



2015 ひとつじ年が始まりました!
新年を迎える準備で餅をつき、丸め、そして食べて♪
お正月はのんびりお雑煮・おせちを食べて過ごしました。

★餅まるめ隊★

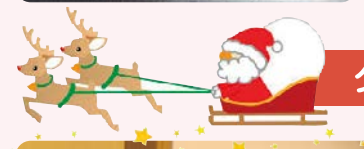
特養の方とも交流できました♪ また、会いましょう



よし、今のうち! 食べちゃえ♪



*カメラがしっかりおさえました(笑)



クリスマス会



今年も、毎年恒例のクリスマス会を12月22日に行ないました。カラオケやくじ引きを行い、楽しませていました。1等だろうと参加賞だろうと皆さん笑顔です(´▽`) 宝くじがあたった人はどうだったのでしょうか?まさか...!! Σ(´д`)



赤い🍎にくちびる 寄せて〜♪



記念撮影会



小さなボランティア プルタブ集め



新しい職員の紹介



松井 亜由美(支援員・ヘルパー)

10月に特養から異動になりました。よろしくお願いします!



松山 厚士(支援員・ヘルパー)

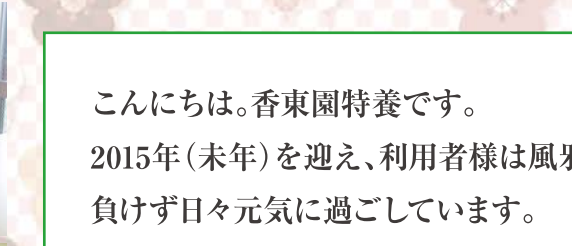
入居者が楽しく毎日過ごせるようにお手伝いしていきたいと思っています。よろしくお願いします。

俳句くらぶ

- 海鳥の波止に賑わう小春かな
 - 時雨でも 岬灯台 霞見ゆ
 - 散歩道 音立てる 落ち葉かな
 - 手分けして 枯葉掻き寄せ 子供たち
 - 夕時雨 見知らぬ人と 雨宿り
 - 時雨やな ぼたりぼたりと トタン屋根
- マチ子 隆子 文子 正子 千代子 誠夫

特別養護老人ホーム

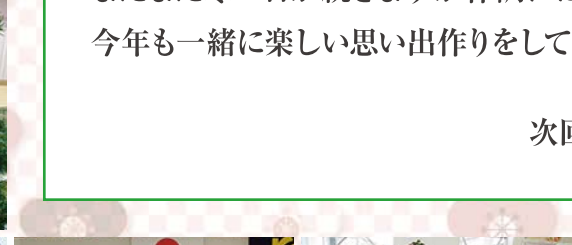
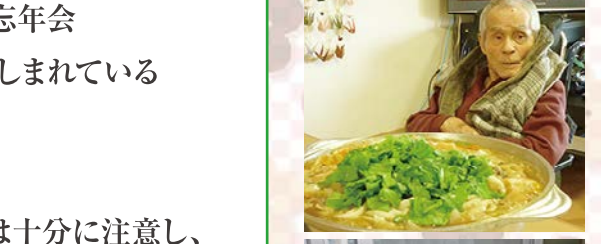
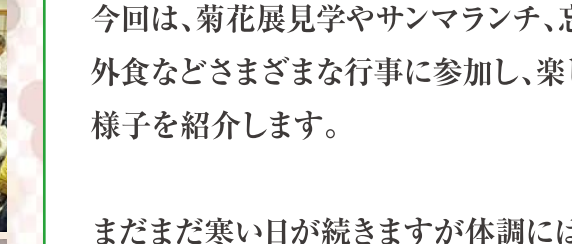
★★★★2014★★★★



こんにちは。香東園特養です。
2015年(未年)を迎え、利用者様は風邪にも負けず日々元気に過ごしています。今回は、菊花展見学やサンマランチ、忘年会外食などさまざまな行事に参加し、楽しんでいる様子を紹介します。

まだまだ寒い日が続きますが体調には十分に注意し、今年も一緒に楽しい思い出作りをしていきましょう!!

次回もお楽しみに♪



★★★★2015★★★★



今年も
よろしくお願いします!!



※本号への氏名、写真などの個人情報掲載については、ご本人または保証人の了解を得ています。