

香東園

地域とふれあう —— 福祉の輪

2020 冬 だより



特別養護老人ホーム
香東園
盲養護老人ホーム
香東園
社会福祉法人
香東園
軽費老人ホームB型
華山

〒769-2322 香川県さぬき市寒川町石田西680番地1 ☎0879(43)2557 FAX 0879(43)6321

ホームページ

香東園

検索

http://www.koutouen.com



10月15日開催 てんごの会 香東園堀河管理栄養士による高齢者の栄養について



67歳 女性
簡単に作れる料理法や
栄養について
勉強になりました。

11月14日開催 介護教室 大隅理学療法士による認知症予防と運動について



84歳 女性
認知症を自分でどう
予防するのか
よく分かりました。

12月5日開催 介護教室 古本祐香理先生による「かゆみ・乾燥、ノックアウト」



72歳 男性
冬は特に体の痒みが
よく出るので、今日の
話は分かりやすく参考
になりました。

さぬき市民病院リハビリスタッフによる健康増進教室



てんごの会

- ・ツボ体操 (月1回第2火曜日14時から)
 - ・健康増進教室(月1回第4金曜日14時から)
 - ・笑いヨガ (月1回:日曜日)
- 香東園てんごの会は参加費無料です。
皆さまのご参加をお待ちしております。

介護教室のご案内

◎2月18日(火)13:30から
「正経十二脈ツボ体操」

* 楽しくお灸体験をしてみましょう*
香東園職員 山津 崇 鍼灸師

◎3月31日(火)13:30から
「認知症の人の対応」

さぬき市民病院 精神科、心療内科主任部長
吉宗 真治 先生

香東園老人介護支援センター ☎0879-43-6227

【相談・苦情受付】

遠慮なくご相談ください。

R元、10月からR元、12月間で
要望・苦情を受け付けました。
要望・苦情について...2件

※毎月ショッピングやホーム喫茶など、
様々な行事を行っていますのでボランティア
に参加いただける方はご連絡ください。

当施設の見学

問い合わせに関してはいつでもお受けしています。
介護に関する総合的な相談をお受けします。
お気軽にご相談ください。

プライバシーを尊重し、守秘義務を守ります。

10/10 感染症研修

インフルエンザ等の感染症の対
策について研修を行いました。



11/11 服薬に関する研修

薬の基本情報や高齢者の服薬
について教えて頂きました。



研修紹介



11/4 シェイクアウト

シェイクアウト訓練に利用者の
皆さまにも参加して頂きました。

11/25 避難訓練

火事を想定した全館一斉の訓練
を行いました。

11/18 天光軒満月さま

今年もステキな歌声で浪曲を披露
して頂きました。



ボランティア
紹介



12/9 寒川幼稚園の皆さま

デイサービスに園児の皆さまが
来て下さいました。



徳武産業さま
いつも清掃活動ありがとうございます!



まんぷくだより

～元旦はおせち料理とお雑煮を提供しました～

おせち弁当



メニュー
・押し寿司
・天ぷら
・ぶりの照焼
・なます、数の子
・炊き合わせ
・黒豆、栗きんとん
・デザート

「風邪は栄養で治す...?」

風邪対策にはビタミンCが有効です。ビタミンCはウイルスなど病原菌と戦う白血球の働きを高めてくれます。ビタミンCを含むほうれん草や春菊などの緑黄色野菜や、果物をしっかりとることで風邪を予防しましょう。また、免疫細胞もたんぱく質で出来ている為、免疫力を高める為には、たんぱく質を積極的に摂ることが有効的です。ブリや鯖、さんま等の青魚の脂に含まれるEPA、DHAも免疫力を高めるのに役立ちます。また、たんぱく質の働きを高める為には、亜鉛やビタミンB1もセットで摂ることをお勧めします。亜鉛は牡蠣や牛肉、ビタミンB1は豚肉やうなぎに多く含まれます。