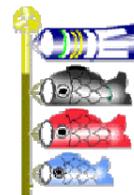


特別養護老人ホーム 有度の里

いつも元気な笑顔の絵日記



ユニットケア 特別養護老人ホーム



手作りのこいのぼり
きれいでしょ~

5月1日(木)~6日(火)端午の節句を楽しみました。
手作りの鯉2匹がフロア内を勢い良く、泳ぎ回り、ご利用者様の上肢の運動に最適なゲームを楽しみました。皆さん童心に戻って、一生懸命頑張ってくださいました。おやつは、かしわ餅をおいしく頂きました。



こいのぼりを使った
ゲームです!!



お花見

4月9日(水)暖かい陽気の中、県立美術館へお花見に行ってきました。残念ながら、少し桜が散ってしまいましたが、他の草花やつつじが咲いており、春を感じられる良い機会となりました。おやつを持参し、お茶やジュースを飲みながら、「やっぱり、外の空気は気持ちいいねえ」など、会話も弾んでいらっしやるようでした。いつもと違った利用

ばんざーい!



いよいよ、5月18日に開所式を迎えます。笑いが聞こえる、そんな、家庭にいるのと同じ快適さを追及し、個々に合わせた生活空間を提供できるよう努力していきます。開所にもともない、5月1日新入社員入社式を行いました。開所に向け、各種研修を行い、入所者の皆さまをお迎えする準備に勤しんで



入社式
緊張してます



只今、
研修中!



紫外線に注意! 「紫外線を防ぐ徹底対策」

<紫外線とは?>

地球上に降り注ぐ太陽光線の一種(電磁波)。波長の長い順に「UVA・UVB・UVC」に分けられる。

<紫外線によるダメージ>

UVAによるダメージ...シワ
UVBによるダメージ...日焼け、シミ、皮膚癌
(UVCは地表に届かない為人体への影響はない。)
また、目にあたりすぎると白内障の原因にもなる。
紫外線が強い時期...春から秋にかけて(4~9月)
紫外線が強い時間...正午をはさむ数時間(10時~14時)

雨・曇りの日でも、紫外線はお肌に届いているので、

<衣服で紫外線を防ぐ>

帽子...周囲につばがあるもの
日傘...色の濃い物
衣服...長袖、比較的厚手、色が濃いもの
サングラス



<日焼け防止剤(日焼け止め)>

「SPF」はUVBを、「PA」はUVAを防ぐ効果を示す。
「SPF」は1~50、50以上は50+(プラス)で示される。
(日を浴びた時、15分で肌が赤くなる人がSPF10を用いた場合、150分間の防御効果がある。)

「PA」は3段階に分かれ、「+プラス」が多いほど効果が高い。効果が高いほど肌への負担も大きい。顔や手など

指定居宅介護支援センター

私達が利用者様を支援するにあたり、一番大切にしなければならない事は、ご本人に「自分の力で生きたい」という意欲を持って頂くことだと、何かの記事で目にしたことがあります。

歳を重ね、病気を経て、今まで出来た事ができなくなる、ちょっとしたことで転倒してしまう、トイレに失敗してしまう、お財布を置いたところが分からなくなる等、不安な気持ちを抱き始め、そして失敗の経験を積み重ね、自信の喪失につながり、あきらめに変わり、生きる意欲・生活する意欲をなくしてしまふ。

私達に出来る事は、そんな不安に「気付き」、失敗を繰り返さないよう、一緒に考え工夫し、手助けをしていくことではないでしょうか。日頃より、心に少し余裕を持って「気付き」の感

有度地域包括支援センター

介護予防を効果的に取り組む為に、H18年より介護認定を受けてない65歳以上の方を対象に「介護予防検診」が始まりました。

~介護予防検診の流れ~

4月下旬頃、静岡市より介護認定を受けていない65歳以上の方全員に「基本チェックリスト」が送付されています。基本チェックリストに記入し、市へ返送して下さい。

介護予防検診受診該当者には後日、「介護予防検診受診券」が送付されます。

券を持って病院へ行き、「介護予防検診」を受けましょう。

後日、検診の結果・医師の判定により介護予防事業の利用が望ましい人には地域包括支援センターから連絡があり、介護予防の具体的な対処法(介護予防教室への参加等)を提案します。

寝たきりを予防し、いつまでも自分らしく、生き生きと暮らせるように、早期から自分に合った介護予防

クッキングシェフ

4月は春野菜の美味しい季節です。春の香りいっぱいの桜寿しやワラビ、ぜんまい、フキなどを使った献立を多く取り入れ、利用者様に春を感じて頂きました。春野菜は、眠っていた私たちの体を活性化してくれます。ビタミン・ミネラルたっぷりの野菜を食べて、体の中

~訪問介護スタッフ

新緑の季節になり、色とりどりの花が目を楽しませてくれます。買い物で外出した際など、道端の花々を見つけると、「この花はね...」「あそこの木は...」と花について教えて頂いて、とても勉強になります。

寝たきりの方にも緑の匂いを感じてもらえるよう、せめて窓を開けて青空や風を感じ、爽やかな時間を過ごして頂きたいです。