

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

特別養護
老人ホーム
有度の里

節分



がぁー！鬼だぞー！



似合うでしょ～！！



2Fでは2月7日に節分の豆まきを行いました。ご利用者様と職員が一体となり、とても楽しい会にすることができました。
年男と年女のご利用者様を中心に円となり、まかれるお菓子を皆さん一匙懸命拾い集めていました。
また鬼のお面を付け、皆さん可愛い鬼に変身されていました。これからご利用者様と職員が一丸となり、楽しめる場を作り、増やしていければ良いと思っています。そして、笑いのたえないフロア作りを目指し、お手伝いさせていただきたいと思っております。

鬼は外～福は内～



ユニットケア特別養護老人ホーム
雅笑

只今、機能訓練中！！

・・・日常のひとコマより
ユニット3Fでは、ボールを使った機能訓練を行いました。みんなで輪になって、ボールを追いかけると、いつも以上に腕も上がってきます。
寒さの続くこの時期、どうしても体が固くなってしまいがちです。楽しみながら体を動かして、ケガを予防していきたいと思っております。



指定居宅介護支援センター
～ケアマネより一言～

確定申告が、2月15日から始まります！
〈医療費控除の方法〉
条件が合えば、誰でも受ける事ができます。申告していない人なら5年間さかのぼって申告することができます。
1年間の医療費が10万円を超えています。同世帯で暮らしている父母、おじいちゃんおばあちゃんの医療費も対象となります。おじいちゃん等が介護保険で訪問看護等(対象となる居宅サービスがあるので、確認下さい)を利用した場合、又おむつ代も医療費控除の対象となる事もあります。(おむつ6ヶ月以上寝たきりで医師の治療を受けている場合、おむつを使う必要があると認められた時に、おむつ証明書を主治医が発行してくれます)
医療費控除を行うと、住民税も安くなる場合がありますとの事です。条件の合う方は確定申告にいつ

有度地域包括支援センター

先月お伝えしました「認知症を知り地域で支えよう！」認知症サポーター100万人キャラバン講習会を、2月6日草薙神社会館で開催しました。講師にキャラバンメイトの方を向かへ
・認知症とは何か？
・認知症キャラバンの基本理念
・認知症の方への対応方法など、講話とビデオさらに座談会を通し認知症の方に対する理解を深めることができました。
草薙奥・草薙つづけ丘・草薙団地自治会長様をはじめ、3地区の民生委員様の協力を得て、約50名程の地域にお住まいの方々のご参加があり、充実した講習会となりました。



第35号
製作 TOMOKO-SATO
静岡市清水区長崎新田311
TEL 054-344-7711
http://www.udonosato.com/
特別養護老人ホーム
ショートステイ
デイサービス
訪問介護
指定居宅介護支援事業
有度地域包括支援センター

デイサービスセンター

新春カラオケ大会

1月25～30日の6日間、デイサービスではカラオケ大会を行いました。
スポットライトを浴びて出場して下さったご利用者様は演歌など自慢の曲を披露してくれました。
また、職員の出演もあり、ご利用者様も喜んでくださいました。
笑顔いっぱい、拍手いっぱいに包まれた楽しい楽しいカラオケ大会になりました。



☆健康一口メモ ～冬場の高血圧はとくに注意！～ ☆

血圧は冬に高くなることが知られています。これは体熱を外に逃さないよう血管が収縮するため、それによって血圧が上がるからです。

高血圧はどれくらい？

〈診察室血圧基準〉

高齢者 140/90mmHg 以上
若・中年者 130/85mmHg 以上

〈家庭血圧の基準〉

高齢者 135/82mmHg 以上
若・中年者 125/80mmHg 以上



予防・注意点は？

○冬の朝などは室内が冷えているので、
・枕元に暖かい上着を用意
・暖房のタイマーをセットしておく など
家の中に温度差を作らない。

○食事・・・減塩、野菜・果物、食物繊維などを摂る。
※腎臓病の人は医師と相談

○禁煙
○運動・・・ウォーキングなど
○ぬるめのお湯にゆっくり入る



クッキングシェフ
よりひとこと

2月3日は節分でした。厨房では『いり豆ご飯』を作りました。いり豆ご飯はおいしく出来、ご利用者様にとっても喜んでいただけました。
節分には、豆まきをして鬼をはらい福を呼びます。ご利用者様にもたくさん福が来るように願っています。



～訪問介護スタッフ
よりひとこと～

2月に入り、立春も過ぎ春を告げる梅、早咲き桜が花を付け始めたところ、春の季節感を味わってもらよう利用者さんに伝えてあげたいと思います。
まだ気温の変化もあり、風邪をひいている人もいます。手洗いうがいするよう声かけし、ヘルパーが来てくれてよかったと思ってもらえるよう頑張ってます。