

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





新春カラオケ大会

製作 TOMOKO-SATO 静岡市清水区長崎新田311 TEL 054-344-7711

第35号

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

特別養護 老人ホーム 有度の里

節



分

がォー! 鬼だぞー!



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 して円となり、まかれるお菓子を皆さ ん一生懸命拾い集めていました。

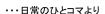
また鬼のお面を付け、皆さん可愛 らしい鬼に変身されていました。これ からもご利用者様と職員が一丸とな り、楽しめる場を作り、増やしていけ れば良いと思っています。そして、笑 いのたえないフロア作りを目指し、お 手伝いさせていただきたいと思いま す。

鬼は外~福は内~



似合うでしょ~!!

機能訓練中!! 只今、



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。

ユニットケア特別養護老人ホーム

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 いと思います。





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10万円を超えている。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。 (おおむね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

医療費控除を行うと、住民税も安くなる場合が あるとの事です。条件の合う方は確定申告にいっ

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え

- 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・草薙つつじヶ丘・草薙団地自治会長様をは じめ、3地区の民生委員様のご協力を得て、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。

デイサービスセンタ

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 **バ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。





有度地域包括支援センター





☆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?

〈診察室血圧値基準〉 140/90mmHg 以上 高齢者

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

○運動…ウォーキングなど 〇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 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の 福が来るよう顔していま



~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うよう利用者 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ほしいと 思います

