



平成22年

3月

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



ひなまつり

ユニットケア特別養護老人ホーム
雅笑

デイサービスセンター

豆まき



3月3日はひな祭りでした。
3Fフロアでは、お代理様とお雛様の着物を着ていただき、みんなで写真を撮りました。利用者様のとてもいい笑顔を見ることができました。心にずっと残りますように…。



ユニット1Fでは、ひなまつりに合わせてみんなでお雛様を作りました。折り紙で折ったお雛様に、顔を描きました。それぞれ個性のある仕上がりがとなり、とても賑やかです。



桜で作ったユニット名「笑」



また、ご利用者様と職員手作りの桜の花も咲き、一足早く春が訪れています。



似合うでしょ～!!

鬼登場!!



2月1日～2月3日にデイサービスでは豆まきを行いました。年男、年女の利用者様に最初に豆を投げていただき、続いて皆様にも鬼に扮した職員めがけて豆まきをしていただきました。表情は真剣そのもの! 「鬼は外、福は内!」「鬼は外、福は内!!」とフロア中に大きな元気な声が響き渡りました。楽しいひとときでした。

鬼は～とど～!



☆健康一口メモ☆～気になる! 今年のお花粉～

今年の飛散量は全国的に例年より少なくなる予想です。

〈花粉症とは?〉
スギやヒノキなどの植物の花粉が原因となっておこるアレルギー性の病気。最近では遺伝的なものより生まれてからの環境が花粉症発症に大きな影響を与えていると考えられている。

〈大きな症状は4つ〉
くしゃみ・鼻水・鼻づまり・目のかゆみ



〈こつこつと、セルフケア!〉
・外出時はマスクをつける
・外出時はめがねをかける
・洗顔、手洗い、うがい
・室内はぬれ雑巾による拭き掃除
・早めの受診(花粉の飛び2週間前からの服用は効果大きい)



〈クイズ!〉
スギ花粉症が流行する国は?
…答えは日本だけ。そもそもスギ自体が日本固有の植物のため。世界三大花粉症の1つとも言われている。

有度地域包括支援センター

「睡眠キャンペーン」

心配な事、気がかりな事があつたりすると、誰しもがなかなか眠りにつけない日があるかと思えます。不眠の原因としては生活習慣やストレス、また病気が背景にあつたりとひろいです。

睡眠は、うつ病と深い関係があります。日本人の多くは、睡眠時間を削ってでも、一生懸命働くことが美德だという意識があり、残念ながら睡眠の重要性については関心がまだ薄いように思われます。睡眠の問題は、いろいろな健康問題に関わってきます。「睡眠キャンペーン」をきっかけとして、皆が睡眠を大切に考える事が、健康を守り、命を守ることに繋がっていくと思われまふ。本人よりも、周りの人の方が気が付き易いと思ひます。

一人の命を守るために、まずは「眠れていますか?」の一言から身近な人へ、声掛けをしていきまふよう。

指定居宅介護支援センター ～ケアマネより一言～

“バンクーバー冬季オリンピックを親終わって”

2/12～2/28まで17日間、日頃はあまりTVを見ない私が時間を作ってTVの前に座っていた。開会式は計算しつくされたイベントとして、観る者をあきさせず、情感豊かに展開され、嫌が上にも期待は高まつた。日本のTV報道は日本人の出る種目に偏っていたが、偏りの中にも時折、他種目の映像が流され、楽しく観戦した。

4年に一度のオリンピックは、順位を賭けた戦いであると同時に、自分との戦いであつたと語る選手の姿が清々しい。勝者には勝者の、敗者には敗者の未来に向けた眼差しをまぶしく感じると共に、たくさんの興奮と感動をもたらした事に感謝した。

※冬季オリンピック
1924年第1回フランス・シャモニー～2010年第21回バンクーバーまで、間に第二次世界大戦の為の2回の中止をはさんでいる。次回は2014年ロシアのソチが決定している。【堤】

クッキングシェフ

有度の里では、3月3日のひな祭りを祝い、にぎり寿司・菜の花の辛し和え・ミルクゼリー・潮汁を提供しました。

ミルクゼリーの上には、桃色の花形ゼリーを飾り目でも楽しんで頂けるようなメニューにしました。ご利用者様にもとても喜んで頂く事が出来ました。



～訪問介護スタッフ よりひとこと

バンクーバーオリンピックも無事終わらない内に未曾有の地震が50年前と同じチリで起こりました。

すぐに「津波だ」とあの時の記憶が蘇りました。巴川淵の小学校に通っていたので、川が逆流して貯木場にあつた丸太がギシギシと上がつてきて、もろい橋げたは壊され、結構被害があつたのを覚えています。子供心に地球の反対側で起つた事なのに…と。今回、静鉄までストップして、びっくりしましたが、この辺りは何もなくなつたです。川に近い方々は、ご親戚などに避難されたようです。ちなみに我が家にも、静岡より歩いて帰つて来たものがおりました。