

# いつも元気な笑顔の絵日記



第2号  
MIZUHO.S  
静岡市清水区長崎新田311  
TEL 054-344-7711  
ホームページ 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

特別養護老人ホーム有度の里  
ユニットケア特別養護老人ホーム雅笑



## 4月 お花見

みんなでハイチーズ



暖かい季節になり、今年も桜がきれいに咲き始め、皆様花見をとても心待ちにされていました。外は天気も良く、桜も満開で、非常に満足していただけました。

春だねえ～



天気がよくてよかった

暖かくて気持ちいいよぉ！



きれいだねえ～



## 5月 お散歩

天気が良い日は散歩にも出かけます。草花を見られ、とてもいい笑顔を見せてくれました。「また行きたいな」とうれしそうな表情でおっしゃっていました。



## 4月 お花見



4月に入り、暖かい風が吹き、今年も県立美術館に花見に出かけました。風が吹き、桜吹雪で花びらが舞い、歓喜の音が上がりました。ピンクの花びらを大事に持って帰られる方もいらっしゃいました。「また来年もきれいな桜を見に来たいね」と言って、来年の楽しみを作っておりました。

桜の下で記念撮影

## 5月 端午の節句

えいっ！



5月になり、鯉のぼりをデイルームにも飾りました。天井を見上げ、「立派な鯉のぼりだね」と目を細め、屋根より～高い鯉のぼり～と口ずさむ方もいらっしゃいました。また、端午の節句にちなんだ鯉のぼりゲームを行い、ひもを向かい合わせに持っていただき、職員手作りの鯉のぼりをひもにかけ泳がせました。まるで、鯉が元気に滝を上っているかのようでした。

## 慰問

5月27日、今回で3回目となる三ヶ日町民踊りクラブの方々の慰問がありました。30名近くの方が来て下さり、梅雨空を吹き飛ばすようにぎやかな時間を過ごすことができました。華やかな踊りや衣装に「すごいね」「よかったね」と笑顔がこぼれました。



### 指定居宅介護支援センター

～ケアマネより一言～  
「コミュニケーション」  
人間関係を築くためには欠かせないもので、  
ね。  
語源はラテン語の「コムニ」に「カーレ（共有する）」からきたものと言われてます。  
すなわち、情報を正しく「共有」することが目的で行われており、共有した情報を持っていることが信頼関係を生み出すことにもつながります。  
コミュニケーションには、言語（言葉）や準言語（語調など）の他に、表情・視線・動作・姿勢などの非言語と呼ばれる表現方法があります。非言語コミュニケーションも意識して、会話を楽しみながら、よりよい人間関係が築けるようにしていきたいですね。

### 有度地域包括支援センター

火災事故続発！危ない「家電製品」  
いつもの製品のプラグを、1つのコンセントに繋ぐとコ足配線は火災を招く原因となり非常に危険です！パソコンや電化製品のコードが折り重なって加熱、発火、住宅火災となるおそれがあります。  
火災を招かない為に、プラグの周辺など埃がたまりやすい場所は歯ブラシ等で取り除いておくこと、コードが傷ついていないか、束ねられていないか、電気許容量を超えていないかなど身近な電化製品の点検が必要です。  
この6月には、住宅用火災警報器の設置が義務化される期限を迎えますが、現在の推奨普及率は63.6%とのことです。設置によって死亡被害は半減するといわれています。器具の点検も警報器の設置も小さなことですが小事こそ大切、自分の安全は自分で！火災に備えていきましょう。

### 健康一口メモ ～油断大敵 食中毒～

これから夏にかけて気温が上昇し湿度が高くなる為、食中毒の原因となる細菌が増殖しやすい環境となります。特に、5月～7月は発生件数がピークを迎える傾向にあります。夏になると、暑さで抵抗力が落ちたり体調を崩しがちです。抵抗力が落ちていると誰でも食中毒を起こしやすくなるので、生活全般にも気を付けましょう。  
<予防の3原則>  
細菌を「つけない」「増やさない」「殺菌する」  
<家庭でできる予防の6つのポイント>  
食品購入 新鮮なもの、消費期限を確認して購入する等。  
家庭での保持 持ち帰ったらすぐに冷蔵・冷凍する。  
下準備 手を洗う。  
調理 手を洗う。室温に長く放置しない。  
食事 手を洗う。室温に長く放置しない。  
残った食品 きれいな器具容器で保持、再加熱する。  
食中毒が疑われる症状が出た場合、自己判断せず早めに医療機関へ受診しましょう。

### クッキングシェフ

よりひとこと  
5月5日は端午の節句ということで、おやつに柏餅を提供させていただきました。  
柏は昔から神聖な葉とされ、新芽が出ないと古い葉がおちないことから、「後継ぎが絶えない」「子孫繁栄」と言われ縁起の良い食べ物となりました。また、香りが強いので、邪気払いにもなったそうです。  
これから暑い夏がやってきますが、暑さに負けず、本格的な夏が来る前に充分スタミナをつけておきましょう。厨房では、食べやすい、冷たい冷麺も献立の中に取り入れていこうと思っています。楽しみにしてください。

### ～訪問介護スタッフ

よりひとこと  
不注意で足にちょっと怪我をしてしまいました。たった2日間ですが、歩行に支障をきたしました。  
「普通に歩けるって素晴らしい！」と実感し、訪問先の方々のご不自由さを思いました。思うように動けず、無念な思いをしてみえるご利用者様たちの足（手）となりお世話できるような、また梅雨の雨の日も夏の暑い日も「その笑顔が良いよ、また来てね」と言って頂けるように、皆様の健康に自配り・気配りをするとともに、自己管理をしっかりしてはと強く思いました。