

みやび野ホーム ホーム便り

No.76
2020年 10月号

虫の声の聞こえる美しい季節が到来しました。朝晩はだいぶ肌寒く、突然の秋の訪れに体調を崩されませぬよう、ご自愛ください。依然としてコロナウイルス感染予防に気を抜けない状況です。他の感染症の流行時期ともなるので、併せて予防に努めたいと思います。

敬老の日

9月21日は『敬老の日』でした。昭和7年生まれの米寿、大正10年生まれの白寿のお祝いを4階にて行いました。たくさんのお花に囲まれた特別な空間でのお食事会で、すゝ黄色や白のちゃんちゃんこを着た記念撮影や、家族会からの記念品贈呈、厨房職員お手製のお祝い御膳を食べていただきました。これまでのみなさんの歩みもお伺いしたかったのですが、あまりにも美味しそくに食事を食べられていたので邪魔できず、食後の散歩に行き寿会は終了です。また、楽しい1日になるよう午後はドライブへ行ってきました。このような特別な日のお祝いをさせていただきます。ありがとうございます。

海は広いな大きいな♪



21日(月)・29日(火)、相生方面への海沿いドライブに行ってきました！海がよく見える御津の七曲りを通り、野瀬埠頭でしばしの休憩です。山と海、木洩れ日も気持ちが良い、車内は見事な絶景に興奮気味で「うわ〜綺麗」私の生まれれた郷は山やから、海なんて見られへん」「大きな船が停まってるな〜」と話されておりました。また、埠頭という事も釣り人もたくさんおられたので「釣れてますか？」と声を掛けたりと、みなさんの反応や表情が、職員の原動力となっております。いつも、ありがとうございます。この度は少し遠出だったので、程よく疲れてよく休めたのではないかと思います。良い気候となりました。外食やお買い物はまだまだ難しそうですね♪





避難訓練

9月1日は防災の日です。みやび野ホームでは22日に避難訓練を実施しました。また10月には、みやび野エリア（保育園・デイサービス・地域包括・厨房・居宅事業所・特養の連携に重点を置いた訓練、年に1度の災害食提供訓練を実施予定です。日頃の訓練が何より大切なので、緊張感をもって取り組みたいと思います。

思いがけず チョコフレンチ♡

毎月、第二水曜日は厨房職員からのお楽しみ企画、選択メニューです。この度は秋の味覚『山菜おこわ』と『さつまいもごはん』から選んでいただきました。みなさん「どっちも食べたい」と悩ましい様子でした！
また後日「チョコフレンチ」ができたよ〜と、思いがけず、栄養士2人がみなさんのもとへお届けに行きました。甘い香りが漂い、みなさんの表情がとろけておりました♡



お散歩日和



秋晴れが心地いいので、現実逃避を兼ねて定期的に4階へお散歩に行っております。当たり前前に外に出られなくなつた今、変わりゆく空と山に癒されております。なかなかゆっくりとお話しをする機会も少ないので、普段聞けないようなお話もしていただけて、充実した時間となっております。

規模縮小中ですが...

4月より規模縮小を継続中ではありますが、各教室活動の実施もしております。ちぎりの絵教室では半年かけての富士山を作成したり、料理教室では甘納豆蒸しパン、おりがみ教室では敬老の日になんだフクロウを折りましたよ♪来月の教室も楽しみにしててくださいね♡



10月の予定

- 10月 1日 (木) 昔あそび教室
- 10月 6日 (火) 習字教室
- 10月 8日 (木) カラオケ喫茶
- 10月13日 (火) 散髪(予定)・ちぎり絵
- 10月14日 (水) すき焼きパーティー
- 10月15日 (木) 体操教室
- 10月20日 (火) 料理教室
- 10月22日 (木) おりがみ教室
- 10月27日 (火) 脳トレ教室
- 10月28日 (水) 災害食訓練
- 毎週火曜 15時頃からパン・お菓子訪問販売

《発行元》 社会福祉法人 やながせ福祉会 大津みやび野ホーム

〒671-1146 姫路市大津区大津町一丁目31番111 電話：079-236-7760 担当者：松下由紀子

大津みやび野ホーム

ショートステイ便り

No.43
2020年 10月号

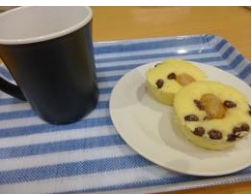
大津みやび野ホーム短期入所生活介護をいつもご利用いただき誠にありがとうございます。いつもの間にか、すっかりと秋模様となっております。朝晩の寒暖差もあり、体調を崩しやすい季節です。感染症対策を含め体調には留意してください。

男も負けないぞ！

・料理教室

9月15日【第3火曜日】に料理教室を開催しました。今回は「蒸しパンケーキ」を作りました。ホットケーキミックスにお好みで抹茶パウダーや甘納豆をトッピングし耐熱カップに入れ、レンジでチーンディスタンスを保ちグループ毎にお話しをしながら楽しくできました。

秋のパンまつり



・敬老の日

9月21日は敬老の日でした。赤飯、海老の天ぷら、煮しめ、饅頭と、当日はお祝いメニューでした。皆様おめでとうございます。100歳以上の高齢者も8万人でそのうち女性の割合が約9割となります。男性陣も負けずに頑張るぞ！



10月行事予定

13日 散髪

20日 料理教室

28日 防災食訓練

毎週火曜日15時頃～

パン・お菓子訪問販売

※ご希望の方は自費にて当日お支払いとさせていただきます。

危険！ヒートショック

2016年のデータで高齢者による「不慮の溺死及び溺水」の死者数は約6千8百人です。また、自宅や介護施設における浴槽での死亡者は約4千8百人でした。これは交通事故で死亡した高齢者の数約3千人を上回っていることとなります。

特にこれからの季節注意が必要な『ヒートショック』は暖かい場所（リビング）から寒い場所へ移動するときなどに起きる、急激な温度変化が原因の健康障害です。寒い冬では、特に浴室と脱衣所の寒暖差が激しいので要注意です。夜間のトイレも同様の現象もあり注意が必要です。

～予防策～

- ① 脱衣所、浴室を温めておきましょう。浴槽にお湯を張り蓋を開け浴室内を温めることも有効です。
- ② 入浴前には家族に一言掛けましょう。入浴後、ご家族の方は数分毎にお声掛けし確認を行ってください。
- ③ 食後すぐの入浴は避けましょう。食後は消化のため腸に血流が集中します。そのため脳への血流が保てなくなり血圧低下が生じます。

「ご自宅での入浴が心配な方もおられるかと思いますが、ショートステイ利用中に気持ちよくなって帰っていただければと思います。」



《発行元》

社会福祉法人 やながせ福祉会

大津みやび野ホームショートステイ

担当：濱下 隆史