

ふれあい

第18号
グループホーム上尾
平成26年9月吉日



朝晩冷えてきました。秋がやってまいりました。みなさんは「~~の秋」ですか？

7月

7/17 に庭で本物の竹を使って「流しそうめん」を行いました。



そうめんの他に、天ぷらとスイカも出ました！
なかなか体験することがないので、皆さん喜ばれていたようです。



8月

8/23 は納涼祭でした。



屋台風メニュー
ー美味しかったでーす☆

キュートなゲストも登場しました！



ヨーヨー・輪投げ・射的、皆さん上手でしたよ。



8/29に運営推進会議を行いました。

ホームではこれから外食など外へ出向く機会を増やして行こうと考えています。
また、委員の方からはボランティアや地域の行事の紹介をして頂きました。是非活用したいです。

また、9/26には、前回好評だった【フラダンスボランティア】さんがいらっしやいます。
また皆さんで楽しく踊り歌いましょう！！

お手伝い～

職員と一緒にお昼ごはんを作って下さいました。
料理はベテラン！上手に包丁を使っていましたよ。



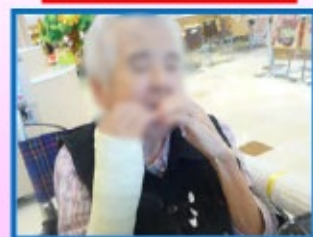
ドライブ～

二階の皆さんがおやつを食べに行きました。

マクドナルドでソフトクリーム食べたよ♪



アリオ上尾であんみつ食べたよ♪



※高齢者に多い秋の病気※

- 食中毒・・・実は10月にも多いのです。山菜やきのこ狩りなどお気をつけ下さい。
- 肺に関する病気・・・肺が弱る時期です。特に冷えと乾燥は悪影響を及ぼします。
- 皮膚掻痒症・・・空気が乾燥しやすいです。痒みが出たら皮膚科へ。しっかり保湿しましょう。
- 疲れ目・・・秋の夜長で読書もいいですが、乾燥もあり、疲れやすくなります。ほどほどに。



～職員紹介～



7/20から入職した「渡辺久美子」さんです。2階で勤務しています。

8/1から入職した「鈴木清香」さんです。1階で勤務しています。



編集後記

朝晩冷えてきました。気温の変化に体調を崩してはいませんか？入居者様は風邪も引かず、穏やかに過ごして下さい。今月から、ある入居者様が「訪問マッサージ」を開始しました。鍼治療後にマッサージをします。料金は医療保険使用で1回30分300円程度です。効果が出るのはまだまだですが、少しでも立ち上がりや曲げ伸ばしが維持出来るといいと思っています。今後も様々な方法で皆さんの健康の維持をお手伝いしたいと考えています。

深谷