

# 豊松苑新聞

介護老人  
保健施設  
豊松苑  
電話(083)  
259-7381

# たなばた会



雨が降りしきる中、平成29年度の七夕会が行われました。利用者様にも笹飾りやこよりを作って頂き、その飾りつけも手伝っていたきました。

短冊には「家に帰りたい」「美味しいものが食べたい」「元氣になりたい」とさまざまな願い事が書かれていました。七夕会当日になると、飾り付けられた笹を見て利用者様から「とてもきれいなね」「迫力があるね」等の声が聞こえ、自ら積極的に短冊を飾りに行く利用者様も見られました。また、七夕の歌を流すと、それにつられて歌いだす方や、リズムをとる方もいました。今年の七夕会も無事終了することができましたが、生憎の悪天候で天の川を見ることができませんでした。織姫様と彦星様は会うことができたでしょうか。去年から連続で七夕の日は天候にめぐまれませんでしたが、来年こそは晴れたらいいですね。皆様の願い事が叶うことを職員一同願っております。

# 夏まつり



7月28日金曜日、下関病院で夏祭りが開催されました。今年も豊松苑はシューティングスターと水ヨーヨー釣りを出展し、たくさんのご家族様にも参加して頂きました。水ヨーヨー釣りは普段とは違う利用者様の真剣な表情や笑顔がたくさん見つけられました。

病院では平家踊りも行われたのですが、それを見られて利用者様も一緒に踊ったり楽しそうにされていました。当日参加できなかった利用者様方は前日に施設にて水ヨーヨー釣りを楽しんでいただきました。季節を感じて頂けたと思います。今後も季節ごとに利用者様が充実した施設生活が送れるよう行事を予定しております。是非、ご家族の皆様もご参加くださいませ。

## 第21話

# すたっふの ○○○な話

リレー二十一人目は、理学療法士 植田 麻里さんからの指名で、介護福祉士の的場 勲さんです。では、どうぞ！

私は入社して6年目になります。入職時より時代が変化し、今では私の娘の世代の子たちが一緒に働くようになり、私も歳を取ったんだなあとしみじみ思います。

さて、私の趣味の話をしませう。私の趣味は、体を動かすことです。バレー・バスケット・テニス・バドミントン・スキー・魚釣りといろいろ幅広くなります。特にバスケットは、中学・高校・実業団・クラブチームと50歳までやっていました。

他には、映画鑑賞もします。おすすめは「ローガン」です。アクション物を見るのは子どものころから変わりがありません。

こんな私ですが、利用者さんの生活のお役に立てればと日々奮闘しています。今後ともよろしくお願いいたします。

次の回は看護師の  
宮元さんです。



10キロダイエット成功しました。

いさお

# 脱水予防

今回は高齢者の脱水予防についてお伝えしたいと思います。

一日に取る水分の目安は成人は2・5リットル。高齢者の場合は2リットルと言われています。

一日三食の食事とコップ6杯で約2リットル。食事以外にコップ6杯・・・意識をして、こまめな水分補給が必要なのがわかります。

また、認知症になる人は脳の働きが低下して自律神経の働きが悪くなっていることもあり、脱水をおこしやすくなっています。自覚症状がないため「水やお茶を飲んでいるから大丈夫」と安易に考えず定期的に水分補給を行いましう！

## 【脱水簡単チェック】

- ① わきの下が乾いている。
- ② 口の中や唇が乾燥している
- ③ 腕の皮膚を持ち上げて放したときシワができたままになっている。
- ④ 脱水状態の時は、水分と塩分、糖分を一緒にとる。



# こんにちは！さゆりです

豊松苑のご意見箱をリニューアルしました。

その名も「さゆりちゃんBOX！」。ご家族様が抱えている疑問や気になること・・・豊松苑にお願いしたいことや直接職員には言いづらいことまで。豊松苑アイドルさゆりちゃんが全力でお答えします！さゆりちゃんは、質問に答えるだけでなくサービスの質の向上を目指しています。ご家族様からの貴重なご意見が大好物です。小さなことでも構いません。お気軽に投函してください。みなさんからのご意見・ご質問がさゆりちゃんがお答えし、掲示板に掲示します。みなさんぜひご覧ください！



さゆりちゃんは自動販売機の横でいつでも笑顔で待っています。

ココ！



## 編集後記

▽あつという間に梅雨が終わり、スーパー猛暑といわれる夏がやってきます。皆様いかがお過ごしでしょうか。今回の新聞では、スーパー猛暑対策として、脱水予防に関する記事を載せています。是非参考にされてください。

豊松苑では脱水予防の取り組みとして、先月よりジュースの移動販売を行っておりま。もちろん売り子はさゆりちゃんです(笑)



自分で好きなジュースが選べるっていいですね！



(N・N)

## 今後の活動予定



## ～ご家族へのメッセージ～

