

かじかのさとだより 第66号

発行/〒889-2401 日南市北郷町大藤甲3186番地1/TEL0987(55)3738 FAX0987(55)3739
 社会福祉法人 愛泉会 特別養護老人ホーム 河鹿の里
 ホームページ <http://www.aisenkai.jp/kajika/index.html>



四月八日は、お釈迦様の誕生日です。河鹿の里でも花祭りを開催しました。利用者の皆様お一人お一人が心をこめて、お釈迦様に甘茶をかけて、手を合わせていらっしゃいました。



お釈迦様が見守ってくださるから有難いわ～

いろいろな花が咲き始める春は、何か新しいことを始めるにはピッタリの季節です。色鮮やかな花々をさがしに出かけてみるのも良いかもしれませんね。



お昼ごはんはごちそうを食べました

※ 写真、名前の掲載はご家族、ご本人の承諾を得ています。

デイサービスだより



平成29年 4月
 花の便りが相次ぐ今日この頃。デイサービスでは桜の花を見に花立公園へドライブに行きました。車の窓を開けると春の風を肌で感じながらゆつくりと満開の桜を見る事ができました。又車内では昔話に花が咲き自然と歌声が聞かれ「星影のワルツ」「鹿児島のおはら節」などたくさんさんの歌声や笑い声が聞かれ大変おもしろかったと喜びの声を頂きました。これからも色々な話をし、たくさんさんの思い出作りをしていきたいと思っております。

優勝トロフィー
おめでとう



仮装ゲーム
たくさん服きてハイポーズ



まきまきゲーム
ひもをひっぱって風船落としちゃだめよ。

5月
こいのぼり
運動会

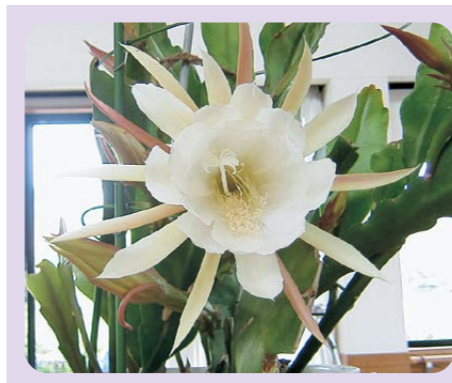


足湯
いい湯だな～



パズル
やったあ～

活動
フリータイム
午後の活動の中にフリータイムがあります。利用者の好きな事、したい事をして頂く1時間となっております。



月下美人
デイサービスに素敵なお花が咲きました。月下美人です。月下美人とは、サボテン科・クジャクサボテン属に分類される着生サボテンの一種です。昭和天皇がまだ皇太子だった頃、台湾を訪れた際に月下美人の花に目を奪われたそうです。このとき昭和天皇に連れ立っていた田氏という駐在大使に名前聞いたところ田氏が月花の美人です。と答えられたことから名前がついたそうです。利用者の皆さまもすこきれいと喜ばれていました。花を見る事が楽しみですよと言われる声も聞かれ、とてもいい癒しになってます。

名前の由来は？

逃げろ～
毎月1回、避難訓練を実施しています。火災・地震にそなえての訓練です。利用者の皆様も真剣に取り組んで頂いています。利用中の安心・安全を心がけ、皆さまと楽しく毎日を過ごして頂きたいと思っております。今後ともデイサービスをよろしく願っています。



避難訓練
火事だ～

「たかたよりまんべんなく」
 噛みつぶしやすく食べましょう。

食事のポイント

低栄養予防は「元気で長生き」への道しるべ

低栄養になると、イキイキとした生活を送ることが困難になってしまいます。
 まずは「食事」と「生活」から低栄養予防をはじめましょう。

10の食品群

- 肉**：強いからだをつくるスタミナ源です。1日の目安は薄切り肉3枚(70g)。
- 魚介**：血圧を下げるタウリンが豊富です。1日ひと切れ(80g)食べましょう。
- 卵**：たんぱく質食品の王様、卵を1日に1個(約50g)食べましょう。
- 海藻**：1日に1品、海藻メニューを食卓へ。老化と戦うミネラルが豊富です。
- 緑黄色野菜**：緑黄色野菜もたっぶり積極的に。生ではなく調理してたくさん摂りましょう。
- 果物**：1日1種で元気の素、ビタミンをたっぷり補給。
- 油脂**：効率のよいエネルギー源。1品を1品加えれば、疲労回復に効果的。
- 大豆・大豆製品**：抗酸化物質が豊富な大豆製品。豆腐なら1/3丁。
- いも**：1日1品いも料理。食効果で腸つきり。
- 牛乳・乳製品**：骨が元気になる習慣は、カルシウムが1日1本の牛乳(200ml)から。

毎日、10の食品群を摂取すると、寝たきりのリスクが低くなります。
 コレステロールやエネルギーを気にするあまり、野菜や魚介類ばかり食べるのは逆効果です。

介護用お粥

お湯でかき混ぜるだけでカンタンにミキサー粥、お湯の量で調整できます。

お湯でかき混ぜるだけでカンタンにミキサー粥、お湯の量で調整できます。



いきいき家族 冷凍ソフト食を紹介します

噛む、飲み込みが難しい人も安心して、しかもおいしく食べることが出来ます。(栄養強化食品もあります)



半粥タイプ

お米の粒感を残した半粥。お湯の量で調節できます。

お米の粒感を残した半粥。お湯の量で調節できます。

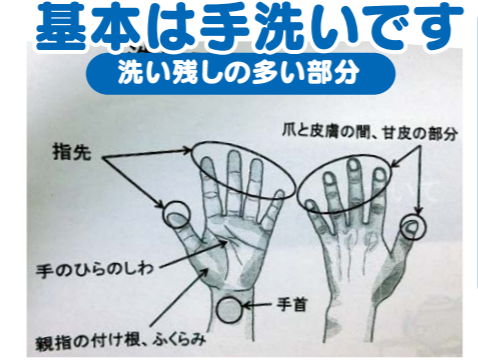
次亜塩素酸の0.1%の作り方

500mlのペットボトルに、ペットボトルのキャップ2杯のハイター液を入れて作ります。(毎日交換)

嘔吐物の研修

施設内研修で定期的な嘔吐物の処理の仕方などの研修を行っています。

消毒液



食中毒が多く発生する季節になりました

洗い残しがないように



お二人で「ピース」とても良い笑顔です。



ご家族と一緒にすごく嬉しそうですね。



五月十三日にお父さんお母さん感謝の集い&五月文化祭がありました。ご家族の参加が七十一名と多数あり、利用者様と一緒に楽しんで頂く事ができました。

お父さんお母さん 感謝の集い



アトラクションでは、さくら教室より九名の方が来園され、民舞と歌謡曲を披露して頂きました。



カーネーションを手に入れ少し照れくさそうにされています。



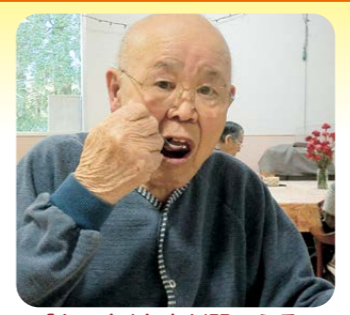
少し緊張されているみたいです。



奥様と一緒に感激されています。



七夕のゼリー彩り良くとてもおいしかったです。



「あーん」と声が聞こえる様な良いお顔をされています。



おいしく頂きました。ごちそう様でした。

おやつの日

毎月一回おやつの日として、目で見えて食べて満足して頂ける「おやつ」を提供しています。利用者様の様子を見ていますと私達も満足する事ができます。



カラオケ大会



遊びセンター

毎月三回、遊びリテーションを行っています。ラジオ体操から始まり、手・足・口を使って遊びとりハジリを組み合わせています。利用者様も楽しみながら真剣に取り組まれています。



お誕生日おめでとうございます。これからも元気に過ごして下さい。



お誕生日おめでとうございます。これからも元気に過ごして下さい。



お誕生日おめでとうございます。これからも元気に過ごして下さい。

誕生日会



皆さん知っている歌を口づさまれています。



上手な歌声が聞こえてきそうですね!