

有ろうたの便り



2020年10月号
菟田野
2020年10月10日

すがすがしい秋晴れの頃、皆様いかがお過ごしでしょうか。施設では、いっきに秋が深まり、衣替えを急がないと思う今日この頃です。先日、他事業所の職員より鈴虫をいただき、玄関のロビーに置きました。とても元気に素敵な音色で、リーンリーンと鳴く声に、前を通る入居者様は、皆様、足を止めて、秋の音色に耳を澄ませておられました。「いい鳴き声やなあ」「久しぶりに見たわあ」とのぞき込み喜ばれておられました。施設の畑で採れた野菜を入れると、とても食欲旺盛で驚きました。素敵な音色を聞き、入居者様の表情や言葉から、セラピー効果もじゅうぶんあったと思います。また来年が楽しみです。

敬老の日



当施設での最高年齢は女性の方で今年 101 歳になられます。洗濯物をたたんだり、おしぼりを巻いたり、職員のお手伝いをして助けて下さっています。いつもニコニコと笑顔絶やさず、「ありがとう」とかけてくださる言葉に職員も癒されています。9月25日にショートステイと2階フロア、9月29日に3階フロアにて敬老会を開催いたしました。今回は、縁日風に、たこ焼きと綿菓子を作りました。綿菓子の甘い香りと、たこ焼きの香ばしい香りがフロアにあふれ、食欲をそそります。たこ焼きは、いつも大変喜ばれるのですが、綿菓子も懐かしそうなお菓子で、童心に戻られたと好評でした。職員によるマジックショーも、衣装に着替えて、小物も揃え、かっこよく・・・だったのですが、ネタばらしの声が飛んだり、爆笑と拍手の巻き起こる盛況ぶりでした。

レクリエーション



8月は各フロアでそれぞれ内容の違う、レクリエーションを行いました。2階は、クイズゲーム！クイズを出題し、〇と×のうちわで答えていただきました。景品は、黒い紙を削るときれいな色がでる塗り絵をお配りしました。皆様、珍しい塗り絵に興味深々で塗っておられました。3階は、ビンゴ大会！皆様に数字カードをお配りして行いました。すぐにビンゴになる方と、なかなかビンゴにならない方と極端に分かれてしまい、ビンゴにならない入居者様からは「〇番出して！」と希望の番号を口々に叫ばれ、大賑わいでした。1位になられた入居者様は大喜び喜び過ぎて涙ぐんでおられました。ショートフロアは、スイカ割り大会！利用者様一人一人全員が棒を使って、スイカを叩くことができました。職員も参加したのですが、皆様で「もうちょっと横！」「あっち、あっち」など、掛け声をかけて下さいました。玄関に聞こえるくらいの元気な笑い声がフロアに響き、活気ある声が聞こえてスタッフ一同、嬉しかったです。最後にみんなで甘いスイカをいただきました。

ひんやりミント風呂

8月の薬湯は、ミント風呂でした。ミントはシソ科の植物で、爽やかで清涼な効果を感じられるメントールを含んでいます。アロマテラピーに用いられ、漢方薬として健胃作用があることでも知られているハーブです。

ミントを入浴に使った場合の効能は・・・

- ・血行促進・・・スーッと感じるメントールは毛細血管を刺激する作用があり、血行促進に役立ちます。
- ・疲労回復・・・ミントは消炎作用はあり、疲れた体を癒し、ほぐしてくれるため疲労回復に効果的です。
- ・リラクゼーション効果・・・アロマテラピーに使われるミントは、心身ともにリラックスした状態へ導いてくれます。スーとした爽やかな感覚を抱くことで気持ちが落ち着き、ストレス解消にも役立ちます。入浴後のほてりや発汗を抑え、保温や冷えから守ってくれます。安眠効果もあり、質のいい睡眠を得ることができるでしょう。

ミント風呂の作り方は、陰干ししたミントの葉 30g 程度を不織布の袋に詰め、2リットルの熱湯に 15～20分ほど浸し、蒸らしてから使います。袋ごと湯船に入れて、しっかり混ぜてから入浴してください。



お知らせ

＜ 10月の予定 ＞

1・15 (2F) 8・22 (3F)～
往診(内科・歯科)
19～散髪
随時感染対策・事故防止委員会・口腔ケア委員会等の開催
原則毎週水曜日～買物代行
毎週日曜日～機能訓練
10月のご入居者誕生日食等

＜ 11月の予定 ＞

5・19 (2F) 12・26 (3F)～
往診(内科・歯科)
往診時～インフルエンザ 予防接種
23～散髪
随時感染対策・事故防止委員会等の開催
原則毎週水曜日～買物代行
毎週日曜日～機能訓練
11月のご入居者誕生日食等

医務室より

今年は、新型コロナウイルスの流行が心配される中、季節性インフルエンザの時期を迎えることとなります。当ホームでは、入居者様はもちろんのこと職員一人一人が細心の注意を払いながら生活しております。尚、インフルエンザ予防接種のお知らせなどを請求書に同封し、郵送しておりますので、どうぞ、早めの対応をお願い致します。

