

ぬくもり

福袋

写真：モミジ

社会福祉法人天成会 *ぬくもりの里* おおえ

令和4年11月号

秋を満喫



今年の秋も『ぬくもりの焼き芋屋さん』がやってまいりました。サツマイモ1つ1つ、アルミホイルと新聞紙に包んで焼き、入居者様にお渡ししました。開けると出来立てアツアツの焼き芋が出てきて、皆さまから笑顔がこぼれていました。「おいしい！」や「温かい！ホクホク！」などの声をいただき、“今年も開店して良かったな”と職員も笑顔になりました。少しではありますが、秋の訪れを実感して頂くことができました。



6月に始動した『ぬくもり菜園』。アートチャイルドケア豊成保育園の園児たちと植えたサツマイモが収穫の時期を迎えました。大きく成長したサツマイモを一生懸命掘る園児たちの可愛い姿に、入居者様は癒されていました♪



もくじ

秋の行事	P1
特養・ショートステイ	P2
デイサービス	P3
職員紹介・編集後記	P4

〔施設理念〕

私たちは感謝の気持ち、
人の想いを形にし
地域の福祉を実現します

入居・シヨート

にじ・
せせらぎ

柿の収穫



柿を採りにお散歩に出ました。採れた柿は、入居者様が皮剥きをしてくださり、干し柿にしました。「いつ頃食べられるかな?」「待ち遠しいな」と、楽しみにされていました♪



こもれび
・いぶき

紅葉ドライブ



岡山県総合グラウンドまでドライブに行ってきました。皆様「懐かしいわ」「昔と風景が変わってるね」と、ドライブを楽しまれていました。紅葉を眺めながら散策し、「また来たいね」と笑顔で言われていました。



かえで
こぶし

お好み焼き



入居者様のリクエストで『お好み焼き』を焼きました。気温が低くなってきているので、出来立てホヤホヤのお好み焼きに皆さま大喜びでした。

「来月は何かな?」と楽しみにしてくださり、職員のやりがいにも繋がっています!



まんさく
・ふじ

紅葉狩り



秋の行事として、総合グラウンドに紅葉を見に出かけました。当日は天候にも恵まれ、木々は程よく色づき「綺麗ね」「毎月とは言わないけれど、定期的によろしく♪」と喜ばれていました。色づいた落ち葉や大きなどんぐりを拾って、楽しめました。



デイサービス

秋の大運動会

エイエイ！オー！



紅組応援



「バーチャルかけっこ」



「玉入れ」



白組応援



メダル贈呈



体張りました!!



職員対抗「あめ食い競争」



運動会はやっぱりお弁当!

敬老会



園児からのプレゼント

3年振りに、朝日塾幼稚園さんと合同で敬老会を開催しました！園児さんも利用者さんもみんなニコニコ笑顔の楽しい会でした♪ありがとうございました。



～ 新入職員の紹介 ～

片山 健 さん / 相談支援課：生活相談員



はじめまして、10月11日より入職いたしました。まだまだ分からない事が多々ありますが、早くお役に立てるよう頑張りますのでよろしくお願い致します。

休みの日には、テレビや映画を観て過ごしています。あとは、飼っているハムスターを眺めたり、家の中を散歩させるのも好きです。

新しい職場で不安もありますが、これからよろしくお願い致します。

冬に気を付けたい
健康管理について
ご紹介!

ぬくもりの里 居宅介護支援事業所 杉本ケアマネより

今月のひとこと

体の特徴を理解
した上で、寒い冬を
乗り切りましょう!

○ヒートショック

ヒートショックとは、室温の急激な変化で血圧が著しく変動し、心筋梗塞や脳梗塞、めまい、失神などの症状が現れることです。冬は暖房を使用することで部屋と部屋の間で温度差が大きくなり、体は気温の変化に合わせて体温を調整しようと、血管を広げたり縮めたりします。そのため血圧が上がったり下がったりして、ヒートショックが起きやすくなります。また高齢者は高血圧などの持病を抱える人が多いため、特に注意が必要です。浴室やトイレといった気温が低い部屋には、暖房器具を設置するようにしましょう。水分を摂る、熱すぎるお湯には浸からない、長湯をしすぎないといったことに気を付けましょう。

○冬の脱水

脱水とは、体に必要な水分やミネラルが不足した状態です。気温が高く、汗をかく夏に起こりやすい印象がありますが、冬も注意が必要です。空気が乾燥していることに加えて、気温が低くて喉が乾きづらいために水分摂取量が少なくなりやすく、特に高齢者は喉の乾きを自覚しにくいいため、水を飲む機会が更に減る傾向にあります。食事のときに加えて、起床時、外出や入浴前後、就寝前など、ひと行動ごとにお水を飲んで水分摂取の機会を増やすと良いでしょう。

○皮膚トラブル

冬に気を付けたい皮膚トラブルは、乾燥と低温やけどです。冬は空気が乾いているために、皮膚が乾燥しやすくなります。乾燥すると皮膚のバリア機能が低下してしまうため傷がつきやすいです。全身の皮膚状態を確認するとともに、保湿ケアを習慣にして皮膚の乾燥を防ぎましょう。

○低温やけど

寒い冬は暖房器具を使う機会も増えます。高齢者は皮膚の感覚が鈍いため熱さに気づきにくく、低温やけどを起こしやすくなります。赤みや痛みが出ていないかを確認しましょう。また、長時間同じ場所にカイロなどが触れないように気を付けましょう。

編 集 後 言 己

澄んだ秋空に木々の紅葉の美しさは、秋ならではの情景ですね。もうしばらく、色とりどりの落ち葉を見ながら、お散歩を楽しみたいものです。

寒さが日一日と深まってまいります。お体には十分お気をつけください。

広報委員会 川口 あゆみ



社会福祉法人 天成会

〒700-0941 岡山県岡山市北区青江 3-10-28

TEL: 086-222-8341 FAX: 086-222-5963

発行者: 広報委員会

