

あさま苑だより ほのぼの

第38号

〈編集・発行〉 特別養護老人ホーム 伊勢あさま苑 伊勢市朝熊町3074-11 TEL0596-20-5511 FAX0596-20-5577



夏だ!!



ビアガーデン開催!!

カンパ〜イ♪



ビールだ!!



バーベキュー!!



暑い日が続いておりますが、皆様方にはいかがお過ごしでしょうか。心よりお見舞い申し上げます。

さて、新年号でも少しご紹介を申し上げますが、私どもの施設は、一昨年増床したユニット型入所施設に続き、本年四月より、既存施設の5床を特別養護老人ホームへ転換し、入所施設の規模をさらに拡大することができました。

ご承知のように、急速に進む超高齢社会にあつて、全国には五十万人もの入所待機者がおみえになるという報道もございます。この方々の切実、深刻な状況を少しでも解消していくことも私ども社会福祉法人に与えられた使命であることに思いを致しながら、職責を果たしてまいりたいと考えております。

また、今年度は伊勢あさま苑開設十五周年の年度になります。

未だ、介護保険制度が定着をみない中において、後多の困難、試練もありましたが、皆様方に支えられながら、職員一同一致結束してこれを乗り越え、今日を迎えるに至っております。

ここに改めて感謝の意を表しますとともに、今後ともたまめ研鑽を重ね、当苑の理念の具現化を通じ、皆様方から愛され、親しまれる施設づくりに努力してまいりたいと考えております。

皆様方の変わらぬお力添えを賜りますようお願い申し上げます。



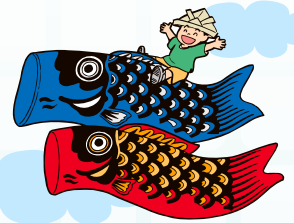
施設長
中北 幸男
社会福祉法人ウエルケア
特別養護老人ホーム
伊勢あさま苑

ご挨拶

5月



従来型



端午の節句



ユニット

7月

七夕行事



クラブ紹介

あさま苑では様々なクラブ活動をおこなっています。
今回はその中のひとつ、アロマクラブについて紹介します。

アロマクラブは、おもに寝たきりの利用者様や居室にて休まれることの多い利用者様に対して実施しています。アロマオイルをたらしたお湯にて、手浴や足浴などを行い、その後保湿クリームにてマッサージをさせていただきます。足浴によって血行を促進するだけでなく、アロマオイルによる嗅覚への刺激、またリラックス効果を得ていただくことができ、実際にみなさんから「気持ちいい」という声も多くいただいております、好評を得ているクラブの一つでもあります。



ちょっと

豆知識

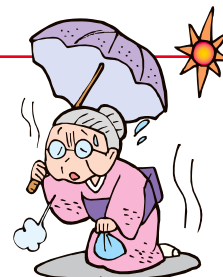


かくれ脱水とは…

高齢者の熱中症予防は、『かくれ脱水』対策から行いましょう!

高齢者が『かくれ脱水』にならないためにできること。

- ・体温調節しやすい服を着ましょう。
- ・部屋の空気の入替を行い、高温多湿をさけましょう。
(暑いと感じてからではなく、温度を見て空気の入替や、冷房などを使用しましょう。)
- ・規則正しい栄養バランスと量を考えた食事を摂りましょう。



夏の体調黄色信号は、『べた』『だる』『ふら』『いた』。

- ・『べた』 首筋などがべたべたしてくること。
- ・『だる』 元気がなく見えること。
- ・『ふら』 めまいや立ちくらみ、少しふらふらしていること。
- ・『いた』 足がつったり、頭痛が現れている状態。

上記のような症状がでたら、経口補水液を飲むことをお勧めします。経口補水液とは、水分だけではなく、塩分などミネラルを含んだ飲料のことです。夏場は汗をかくことにより、多量の塩分も失われるので、経口補水液が必要となります。経口補水液の摂取目安は、成人・高齢者の方ともに、**1日500～1000ml**が目安となります。高齢者の方は、ゼリータイプをゆっくり飲むことをお勧めします。また、家庭で、簡単に作ることができる経口補水液の作り方をご紹介します。

例1) 砂糖40g (大さじ4と1/2)

食塩3g (小さじ1/2) 湯冷まし1リットル

かきまぜて飲みやすい温度にする。レモンやグレープフルーツなどを絞ると飲みやすくなります。

例2) 塩3g (小さじ1/2) 重曹3g (小さじ1弱)

砂糖36g (大さじ4) 100%オレンジジュース200cc (カップ1杯) に湯冷ましを入れ、出来上がりが1リットルになるようにする。

例1・例2 または、薬局などで市販されている経口補水液などを500mlを目安に摂取してください。

※その他、ゼリータイプの飲みやすい経口補水液などもございます。

お困りのことがありましたら、当苑までご相談ください。



伊勢あさま苑祭り



花火



ボランティアの方々による太鼓や踊り、音楽クラブの発表、屋台・花火などを予定しております。

二見町出身の歌手城 エリナさん来苑。



屋台



9月7日(日) 6時から開催! (5時30分受付開始)

皆様のご参加お待ちしております!

* 祭りの内容は変更する場合がありますのでその節はご了承下さい。雨天時は中止とさせていただきます。

あさま苑 川柳

お題「涼」

夕涼み 人を待つ人 なつかしき
(石川 智恵子)

風鈴の 音さえ涼しく 夏の風
(東美智子)

雷さん 通れば後わ 涼しいな
(岩船)

ひるすぎに 涼しい風に ほつとする
(Y.S)

春も過ぎ 夏にむかつて 夕涼み
(森三好)

※しばらく川柳はお休みさせていただきます。
だきます。たくさんのご協力ありがとうございました。

社会福祉法人

ウエルケアより

平成25年度決算報告書及び事業報告書の内容につきましては、あさま苑事務室にて閲覧できますので、希望される方は、事務員にお申し出ください。

今後の行事予定

8月 縁日
(デイサービス)
外出レク

9月 あさま苑祭り
敬老会
おやつ実演レク

10月 運動会

11月 文化祭
屋食実演レク

※毎月
お誕生会を開催

施設見学・相談は随時行っております。

受付時間

AM9:00~PM4:00

お気軽にご相談ください。

編集後記

今年も暑い夏がやってきました。各地では最高気温の数字が更新され、年々暑さが増しているようにも思いますが、皆さん熱中症にはくれぐれもご注意ください。

ところで、夏といえば「ビアガーデン!!」ということで、今回表紙を飾ったのは先日行ったビアガーデンの様子です。事業所ごとに工夫を凝らしてアロハを着てバーベキュー風にしたり、提灯を飾ったりと様々で、皆さん飲み物を片手に笑顔で楽しんでいました。

まだまだ暑さも続きますので、本誌にも紹介しましたが水分補給を忘れず、健康管理に注意して乗り切りましょう。

