

## あじさいだより

## 桜・春のお花見散策 ～グレースケアあじさい～

少しずつ暖かくなり、3月も終わりが近づくと、あじさいのおかの本館周辺の桜はいつ頃から開花するかな…ワクワク！と楽しみにしていました。

「ここから桜が咲いているのが見えるようになったね」となり、「今日は天気もいいし見に行きたい人はいますか？」と尋ねると「行く行く！」「私も連れて行って」とたくさんの笑顔がありました。

まだ風の冷たさもありましたが、春の風に触れて春を感じておられました。青い空にピンクの桜、黄色の菜の花やたんぽぽが映えてとても素敵でした。こんなに近くで綺麗な桜を見ることができて幸せと喜ばれていました。桜の前での

写真撮影では、皆さんのポーズもバッチリ！！お昼ご飯は“お花見定食”。普段より少し豪華に！「今日のエビの天ぷらは大きいなあ」「何食べても美味しい」と大変喜ばれていました。

今年は、ドライブをしながら季節を感じられるような行事を計画していこうと思います。

## あじさいのおか後援会

本会は「社会福祉法人 誠和」及びその基幹施設「あじさいのおか牛窓」の各種活動・行事等を後援することが大きな目的です。

(一般会員) 一口2,000円/年

詳しくは「あじさいのおか牛窓」まで、お問い合わせください。



## 退院後の生活に不安を感じたら

気温が高い日が多くなりましたね。急に気温や湿度が高くなると、体調を崩しやすくなり、入院する方も増えてきます。ご高齢の方は、病気やけがでの入院を機に身体の状態が変わりやすく、退院後の生活に困ることが出てくる場合があります。「退院して生活できるかな」と入院中に不安に思うことがあれば、病院の退院支援看護師やソーシャルワーカー、居宅介護支援事業所のケアマネジャーにご相談ください。病院とケアマネジャーと連携しながら、退院後の生活で困らないよう、ご希望に沿ってサービスを調整させていただきます。

また入院前より介護サービスをご利用の方は、入院されたら担当のケアマネジャーより病院に入院前の生活の情報提供を行い、入院中も病院とケアマネジャーと連絡を取りながら、できるだけ入院前の生活に戻れるよう、退院して困らないよう支援させていただきます。

このように病院とケアマネジャーとで連携を取りながら、入院中～退院後の生活の支援をさせていただきますので、お困りのことがあれば、病院のソーシャルワーカーや居宅介護支援事業所のケアマネジャーにご相談ください。

# 介護のポイント

食べることは生きることへの力になる



食べる楽しみは誰にとっても大きなもの！栄養を摂ることはもちろんですが、味を楽しんで生きる意欲を高める効果も期待できます。口から食べるということは生活の質の向上、心身機能維持のためにも重要です。しかし高齢になると食事をするのが難しくなります。それはなぜか…

ではどうするか？

- ・消化の良いもので彩を考えながら盛り付ける
- ・飲み込みやすい形状にする（とろみをつける等）
- ・目で楽しむ、味で楽しむ

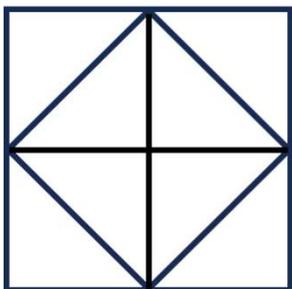
- ・嚥む力、飲み込む力が弱くなる
- ・消化器官が弱くなる
- ・食事への意欲や認識が薄くなる

食べることは生きることへの力になる！姿勢を正して、適度な量で、少しの運動も取り入れて（無理は禁物）毎日元気に過ごしましょう。健康は食べることから始まります。

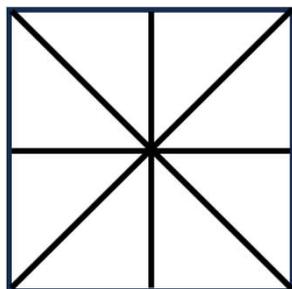
## 頭の体操 【三角形は何個あるでしょう？】

下のそれぞれの図の中に、三角形は何個あるでしょうか。「書かれている線でできる三角形」をすべて数えてください。大きさ・形が同じでも、場所が違うものは、別のものとして数えることとします。

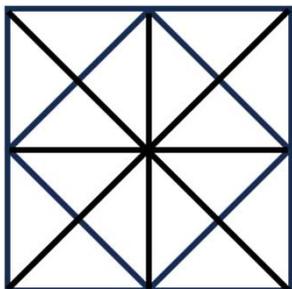
①



②



③

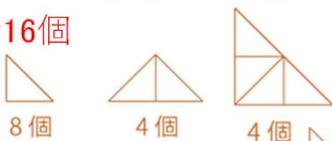


【答え】

① 計12個



② 計16個



③ 計44個



## 園児募集

- ★短時間勤務でも通常利用可能
- ★両園、定員12名の小規模保育
- ★連絡帳やおたより、写真購入もスマホで簡単
- ★ほぼ手ぶら登園、ミルク、布団持参不要
- ★育休中・休職中でお困りの方もご相談ください

随時面談しています

保育所のお問い合わせ

キッズ：0869-34-6373

キラリ：0869-34-6374



あじさいだよりはホームページからも読むことができます

「社会福祉法人 誠和 特別養護老人ホームあじさいのおか牛窓」ホームページ

<http://ajisai-s.or.jp/wp/>

あじさいだより

検索



QRコード