



優しくて丁寧なサービス

# ほのぼの便り

平成27年2月号

個 人 事 業 主 事 務 所 FAX 住 ホ 一 ヒ ス 8 8 3 8 8 9 1 0 - 1 0
http://www.fon...

<http://www.fon...>

随时お問い合わせ中！

## ナース便り

### ☆冬場に増える入浴事故

寒い冬には、暖かい居間が、ヒートショックに注意しちゃう！ 激な変化と心拍数の増加を併ら、寒い浴室や脱衣所に入る事で血圧の急するケースが増加します。またため、立ちくらみや転倒したり、落死がり、脳梗塞や心筋梗塞を起こし、熱湯に長く浸かると血圧が急に下ります。

### ☆入浴時のヒートショック予防のポイント

- ①体調の確認、食事・飲酒後の入浴は避ける。
- ②事前に浴室のふたを開けたりし、脱衣所・浴室を暖かくする。
- ③お湯の温度は41度以下にする。
- ④入浴前後にコップ1杯程度の水分補給をする。
- ⑤手足などの末端部からかけの、ゆっくり浴槽に入る。
- ⑥長湯（20分以上）せず、ゆ湯をし、ち上がりつて浴槽を出る。
- ⑦湯冷めをしないようにする。ゆっくり立ち上る。

### ほのぼのイベント

#### イベント情報

ほのぼのクラブでは、様々なイベントを行なっています。例えば、1/12（火）には、せせらぎの放題で、ドライバー職員が餅つきする様子を見学して提案させて頂いています。1/22（月）には、初めてのイベントとして、オレンジカフェを開催しました。ドライバーを聞いて接客して下さる方と役割を分担したが、2階のラウンジをお借りし、オーナツ作りや、お店の看板娘、オーナーと一緒に笑顔で楽しまれました。中には、「生まれて初めて働くわ！」と、で「いらっしゃいませ～♪」と活き生き

お話ししながらも、お客様に笑顔してくださる姿がみられました。

※オレンジカフェは、これからも奇数月の第4月曜日に2階ラウンジで開催予定となっています。お時間のある方は、ぜひお越しくださいませ。

（編集後記）早いもので、二月に入りました。戦たね。私は、毎朝のお布団からの脱出にありますから、この時期の本園管理は大変ですが、流行のウイルスに負けないよう、お身体には十分お気をつけくださいま

日本  
美紀

# 優っくりデイサービスせせらぎ ～ほのぼのプログラム～



ご夫婦お揃いで、陶芸を楽しめています。素敵ですね～！

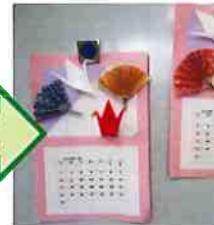


お正月に子連れ出勤しました。一緒に脳トレにチャレンジ！お互に相乗効果あり！？

1月の立体カレンダーを作つて頂きました。とても器用に作つてくださいました。



完成



2月の「優の日」で、高齢者の方に花の咲いたやうなこともありますように♪

書初めしました！



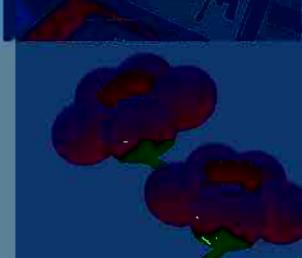
ボランティアの音楽会での1コマです！とても楽しそうに踊つてくださってます♪



お食事前の口腔体操のお手伝いのご様子です。しっかり食べてもらえますよ～に！



せせらぎの2階で、小さなカフェを開催しました。「仕事は楽しい♪」とお手伝い下さいました。



もちつき大会の様子です！ドライバーの職員が、がんばつてくれていましたよ！



三が日にはささやかですが、おやつでお正月気分を味わつて頂きました。



ドライバーの職員も、健康第一！ストレッチ体操、1・2・3！

お正月は、職員の着物で着付け講座をしました。皆さんのご指導、有難うございました。

♪今月のおすすめ  
せせらぎのお団ご飯♪



献立表  
ちらし寿司  
雑煮  
おせち盛り合わせ