

優 っ くり デ イ サ ー ビ ス

ほのぼの便り

平成28年10月号

優 っ
TEL
FAX
住所

ホームページアドレス

<http://www.foryou.or.jp/>



随時情報発信中!

ナース便り

～自宅での転倒を防ぎましょう～

高齢になると視力や筋力が低下し、転倒しやすくなります。65歳以上の高齢者の事故発生場所としては自宅内が8割を占めています。思わぬ転倒でけがをしないように自宅内環境を見直してみましょう。

<自宅での安全対策>

- ①部屋の床に雑誌や新聞など置かない。まめに片づける習慣をつける。
- ②カーペット端がめくれぬよう、四隅を固定する。
- ③取りにくい高所に物を置かない。
- ④電気コード類は 壁に寄せて固定し、通り道をすっきりさせる。
- ⑤夜間トイレに行く際には十分な照明、特に足元を照らす照明をつける。
- ⑥脱げやすい、滑りやすいスリッパは履かない。

<頭や顔を打った可能性がある場合の注意事項>

- ①頭や顔面を強く打った場合は、早めに医師の受診や適切な検査を受けること。
- ②打撲や外傷後 1～2日は安静にし、頭痛の増強や吐気や嘔吐に注意する。
- ③意識の状況に注意する。



ご長寿祝



敬老会のご様子、如何でしたでしょうか。皆さまの笑顔が印象的でした!

9月のお誕生日

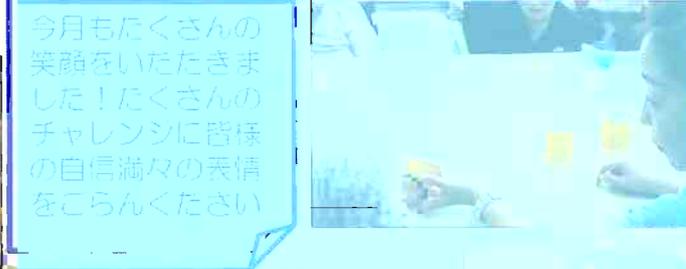
HAPPY BIRTHDAY

- 1日 江平 フミ様
- 8日 長沼 八重子様
- 15日 寒川 フサ様



お誕生日
おめでとうございます★

優っくりデイサービスせせらぎ ～ほのぼののプログラム～



今月もたくさんの
笑顔をいただきました！
たくさんの
チャレンジに皆様の
自信満々の表情
をこらんください



7月11日
お彼岸
おはぎ
お月見ゼリー
栗まんじゅう

お彼岸のおやつ
2色おはぎ！

十五夜のおやつ
☆お月見ゼリー

敬老会のおやつ
栗まんじゅう！

♪今月のおすすめ
せせらぎのお昼ご飯♪



献立表
ちらし寿司
椀もの
盛り合わせ
(敬老の日
特別メニュー)