

デイケア

上映会 12/11(水)



『約三十の嘘』を
上映しました。
「見たことないわ〜」と真剣に
観られている方もいました。



クリスマス行事 12/23(月)~28(土)

サンタからプレゼントを受け取り、
笑顔の皆さんに癒されました♪
今年のプレゼントは肩当てです。
暖かくしてお過ごしください!



今月の 替わり湯は



「ゆずの替わり湯」

12/16(月)~21(土)

ゆずの香りを
楽しませていました。



楽しい 食巡り 栄養課

12月のご当地メニューは

「青森県の 郷土料理」

ご飯・たらの野菜あんかけ
生姜味噌おでん(青森県)
漬物・ポタージュでした。

青森市周辺では、おでんをすりおろした
生姜入りの味噌だれで食べるのが普通であり、
この食べ方は戦後の闇市の屋台で、
当時極寒の真冬に北海道へ渡る
お客さんの体を少しでも温めようと、
おでんに生姜入り味噌を
かけて出したのが始まりです。



来月は広島県の郷土料理です。



老健 慰問

うえのやま認定こども園の園児に
来ていただき、太鼓の演奏を
してもらいました。



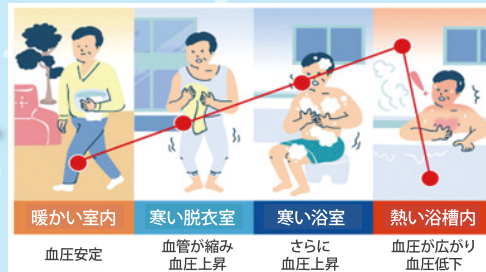
コロナで慰問が行えておらず、久しぶりの開催でしたが
利用者様・職員共に楽しんで参加していただきました。
太鼓の音に迫力があり、心に残るものがありました。
園児の元気なパワーに癒されました。



リハビリ 冬の入浴の危険について

リハビリなど運動した後などに入浴されると思いますが、
寒くなってきたこの時期に気を付けてほしいのがヒートショックです。
ヒートショックとは、急激な温度変化の影響で血圧が大きく変動し、
その結果として血管の病気が起きたり失神したりする状態のことです。
浴槽に入ったタイミングでヒートショックが起きて意識を失った場合、
溺死する恐れもあるため注意が必要です。

ヒートショック 急激な温度差と血圧の推移 イメージ図



【対策】

- ①気温の急激な変化がないように環境を整える。
※脱衣所と浴室の温度差を抑える。
- ②脱水を避ける。※入浴前後に水分を摂取する。
- ③お風呂の温度は、38～40℃で
長湯はしないように注意しましょう。

皆さんも
注意しながらこの冬を
乗り切りましょう。



No.125

令和6年
12月号



すみれ便り

新年明けましておめでと〜ございます。
昨年は大変お世話になりました、ありがとうございます。
本年もすみれ便りを通して、ご利用者様の
日々の様子をお伝えしていきます。
寒い日が続きますが、皆様お体には気を
付けてお過ごしください。



田辺すみれ苑
Instagram
はじめました

田辺すみれ苑Instagramを開設しました。
施設内の雰囲気や様子をお届け出来ればと思います！
よろしければ、フォローをお願いします。