

# がーでん

第12号 平成28年4月12日 発行

社会福祉法人ひとひらの会

特別養護老人ホームひとひら

〒028-3172

岩手県花巻市石鳥谷町北寺林11-1351-1

TEL 0198-45-5878

FAX 0198-29-5616



## ■ 表紙の写真

### つるし雛

3月上旬から4月上旬にかけて、八日市つるし雛同好会様からお借りしたつるし雛を地域交流スペースに展示させて頂きました。

手作りのお人形や飾りを見て、利用者の皆様は大変喜ばれておりました。また去年とは違った飾付けがあることも覚えていらっしゃるようです。毎年恒例の行事として今後も実施していきたいと思っております。

## ○第12号のトピック

『誕生会』

『喫茶店』

『おやつ作り』

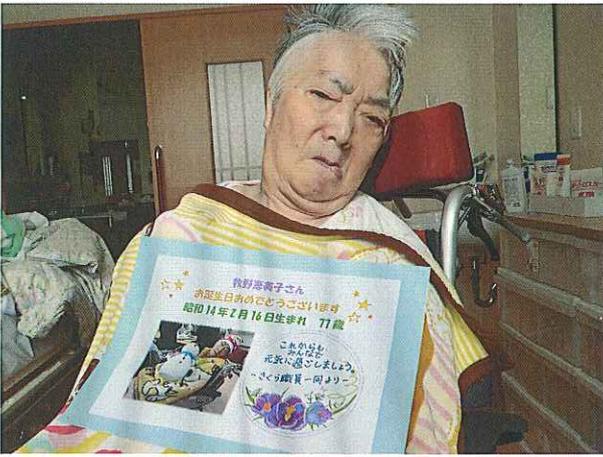
『糖尿病対策について』

『高齢者の体温調整について』

## 誕生会

### (やぐらユニット)

2月16日は牧野恵美子さんの77回目のお誕生日でした。ユニットのみんなでお祝いしました。職員からのプレゼントに牧野さんは「うん、うん」と仰っていました。またシューズも召し上がられ、普段とはちょっと違う一日を過ごされ喜ばれていました。



3月は地域交流スペースに展示された吊るし雛を見て、みなさんお雛様の出来の素晴らしさに感動されていました。「綺麗だねえ」、「かわいいねえ」と童心に返ってはしゃがれている姿がとても微笑ましく思われました。

## 喫茶店

### (もえぎユニット)

2月の喫茶店のテーマは節分でした。地域交流スペースでは鬼倒しゲームを行い、皆さんでおやつを食べました。大きいにはボールを当てられても、小さいには当たらず悔しがっていました。

またみずき団子の行事では「若いころ私たちが作ったもんだ」と楽しそうな様子がみられました。



## おやつ作り

### (ひまわりユニット)

ひまわりユニットでは、2月にバレンタインデーと誕生会の行事に利用者様と職員で「チョコフォンデュ」というおやつを作りました。また3月のお彼岸には職員がおはぎを作り、利用者様に食べて頂きました。利用者様より「おいしい」との感想を貰い喜んでおります。



またひまわりユニットでは最近、利用者様の若かりし頃に流行したと思われる歌謡曲や演歌などの音楽をかけています。いつもは眠る事の多い利用者様も目を開けて、音楽に耳を傾けたり、口ずさんでいる方もいらっしゃいます。

## 糖尿病対策について

### (給食)

みなさまは「世界保健デー」というのをご存知でしょうか。世界保健機関が毎年4月7日に設定しており、その年の課題となる事項をテーマに掲げ、健康に関する様々な対策推進を目指しています。

2016年のテーマは「糖尿病」です。「糖尿病に負けるな」をスローガンに掲げ、糖尿病対策推進を目指しています。



糖尿病にとって良い食品・悪い食品というものはありません。「バランスの取れた食生活」・「よく噛んで食べる」ことが大切です。またストレスも原因になるので、心と体のバランスを大切にすることも重要です。

# 高齢者の体温調整について

(医務室)

高齢者に意外と多い春の体調不良。予防するキーワードは「体温調整」です。大きな気温差が生じる春は、高齢者にとって体調を崩しやすい季節です。

外気温の変化は体温調整機能の低下した高齢者にとって体負担がかかりやすく、体調を崩す原因になります。当施設では「①エアコンの使用・窓の開閉による室温調整、②毛布などによる保温、③こまめに水分補給を行う」ことで体温調整を行っております。

寒暖の差が激しい日が続いていますので、当施設でも利用者様の健康管理に留意し、春を乗り切りたいと思います。



## 事務室より

暖かい日の訪れが感じられる季節になってきました。4月からはお花見等の外出支援を行っていきます。

次号は平成28年7月発行予定です。