

NUKUMORI

発行：令和4年8月

かわち小規模多機能施設
「ぬくもり」

グループホームかわち
「ぬくもりの家」

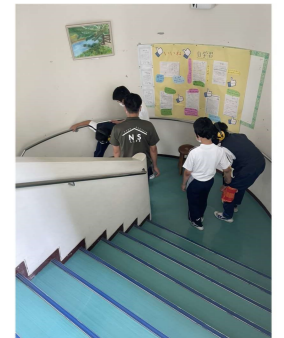
掲載されました！！

三次のフリーペーパー「めくりて」に角谷施設長が掲載されました。施設長が現在の立場になった経緯や介護に対しても思いが綴られています。美容院やカフェなどに配布されているようです。機会があれば是非ご覧くださいね。



模擬体験

学習の一環で「高齢者疑似体験」が庄原市と三次市市内の小・中学であり、角谷施設長とグループホームの日高管理者がお手伝いさせていただきました。高齢者の身体に近づくために、ヘッドホンをつけて耳を聞こえにくくしたり、ベルトをつけて腰と曲げて歩いてもらいました。不自由な身体をイメージ出来たようでした。病気や働きづめで身体が思うように動かなくなられた高齢者の方を若い私たちが支えていけたらと思います。



看護師より一言

夜間に足がつる いわゆるこむら返りを経験された方は多くおられると思います。原因は 筋肉疲労、汗をかく運動による水分やミネラルの不足、お酒やコーヒーの摂り過ぎによる脱水などです。

筋肉量が減ると体内に水分を保持できる量も減り脱水になりやすく、足もつりやすくなるので、適度な運動を続けてこまめに水分を摂ることが対策の一つとなります。寝る前に足のマッサージを行い筋肉の緊張をほぐすことも効果的です。

今月のぬくもり人

今回は事務員を紹介します！事務といっても歯科衛生士資格やケアマネジャーの資格も保持しており事務以外の仕事も任せています。最近は撮影の勉強もしてブログや広報誌の写真も撮ってくれています。

古玉知子（こだま ともこ）
家族：夫と長女・長男の4人暮らし



脳トレチャレンジ

反対の意味になるように○にひらがなを入れましょう。

- ①馬が合う ⇔ ○○が合わない
- ②精を出す ⇔ ○○○を売る
- ③実を結ぶ ⇔ 水の○○になる
- ④鼻が高い ⇔ ○○○がせまい

編集後記

今年は梅雨がなく、夏に突入したかと思えば大雨。異常気象が通年になっているような感じです。昨年のお盆も県北は大雨で被害も多くありましたが、今年は穏やかに夏が越せるといいですね。暑さもあと1ヶ月。体に気を付けて過ごしましょう。

お知らせ

- ★入所者の方との面会は7/25よりオンラインと密越しの面会のみ可能となっています（前もってのご連絡をお願いします）
- ★毎週水曜日（13：00～15：00）
巡回トレーニングがあります（送迎は行っていません）
- ★ブログ、Instagram 随時更新しています。是非ご覧ください。



HOME PAGE



instagram



メッセージ

5月の運動会に続き川地小学校の生徒さんにぬくもりのフェンスから定期的にメッセージを贈っています。コロナが蔓延し約2年半とても近くの場所でありながら交流を図る事ができなくなっていますが、高齢者の方は子供たち大好きです。メッセージ作成がやりがいになっておられます。子供たちがこのフェンスのメッセージを楽しみにしてくれてると嬉しいです。



7月～8月
『たのしい夏休み』



6月～7月
『雨ニモマケズ』

体験&実習

中学生の職場体験と高等技術専門校の施設実習がありました。中学生は3日間、実習生は10日間ありましたのでご利用者さんともなじみの関係作りが出来ていました。右の写真は実習生とご利用者さんの何気ないひとときです。「目線を合わせる」 基本的なことですが忘れがちになっている私たち。私たちが実習生から教わったことも多くあった10日間でした。



七夕
恒例行事で七夕を楽しみました。願い事を書いたり、そうめんを頂いたり。感染予防のためそうめん流しは控え、竹の器を男性利用者さんに作って頂き、「そうめん御膳」としました。お品書きもつけ雰囲気も出て涼しさ満点でした。

七夕は中国から日本に伝わった節供・節日の一つで年中行事ですが、利用者さんにはあまりなじみがないようでした。それでも思いを込めて願い事を書いておられました。
「戦争がなくなりませすように」
「家族が笑って過ごせませすように」
「皆なが健康で過ごせませすように」
みんなの願いが叶いますように



夏野菜

夏らしい青空の下、職員の自宅までトウモロコシの収穫に行ってきました。畑では歩行器が使用せず杖も不安定ですが、土の上では皆さんしっかりと足取りです。朝採りトウモロコシは甘味もジューシーさも格別でした。



西へ東へお出かけ

民族資料館まで
吉田町民族資料館に行ってきました。目の錯覚を利用して立体的に見える画像トリックアートを見ました。毛利元就が立体的に見えますか？



鷲神社まで

三次の鷲神社に行ってきました。この時期は沢山の風鈴が飾られています。皆さん懐かしそうに、そして優しい音に癒されながらお散歩されました。



梅干し&梅ジュース作り

今年も利用者さんと一緒に梅作業をしました。まずは暑い夏を乗り越えろうとクエン酸たっぷりの梅ジュースを作ってみました。砂糖に漬けた瓶を毎日ゴロゴロ回し十日程で飲み頃になりました。実は種をを抜き梅ジャムに。そして梅干し作り。皆さん梅を見るなり梅の漬け方、干し方を教えて下さりヘタ振りやシソもみもあつという間でした。現在干している最中です！うまくできるといいな



うどん部発足

うどんが大好きな利用者さんと職員で「うどん部」と発足しました。活動としては月1回うどんを食べに出かけて、うどんについて熱く語り合います。今のところ三和375や酒屋のともえ、福原商店の人気自動販売店に行ってきました。お店探しから賑やかな部活となっています。



川地小学校の生徒さんからも自分で作られたお野菜を可愛いお手紙付きで頂きました。地域の方やご家族の方からも新鮮なお野菜を頂きました。いつもありがとうございます。

