



豊玉南しあわせの里便り



残暑お見舞い申し上げます。

ご利用者及びご家族の皆様におかれましては、日頃より当施設運営に際しまして、多大なるご理解とご協力を賜りまして、誠にありがとうございます。

東京都心におきまして、酷暑(猛暑)日に達した日数が過去最高であること(2023年8月8日現在:17回)をニュースで知るまでもなく、今年の夏の暑さは、非常に厳しいものとなっております。当施設をご利用の皆様が健康でありますよう、冷房機器の使用はもちろん、適度な水分及び食事の摂取を始めとした体調管理には、引き続き留意してまいりたいと存じております。

さてこの度、当法人内における人事異動につきまして、皆様にお知らせいたします。

当法人グループ内の“ところ荘デイサービスセンター”から当デイサービスセンターに、橘 誠人(タチバナ ナリヒト)が、生活相談員として異動となりました。一日でも早く皆様のお力添えができるよう、務めてまいります。尚、今回の異動に伴いまして、当デイサービスセンターの生活相談員は3名体制(山寺・今井・橘)となります。

皆様の引き続きのご理解とご協力の程、よろしくお願い申し上げます。



施設長 山内 利信



発行人 2023年9月号
社会福祉法人 安心会
施設長 山内 利信
〒176-0014
東京都練馬区豊玉南2-26-6
TEL 03-5946-2323

特養

台風等の影響で天気が不安定な季節となりました。気温や湿度の変化も多く、体調管理が大変かと思いますが気をつけてお過ごしください。

雨で外が土砂降りの日には、職員に不安を伝えられているご利用者様もおりますが、お話を通してご安心していただいております。

以前のお便りで記載しました、折鶴をフロアに飾る計画は、ご利用者様の沢山のご協力をいただき、飾り付けを開始しました。皆様飾りつけを見て喜ばれており、小さな変化を楽しまれていらっしゃいます。



栄養課

《サマーランチ》
サンドイッチ
(卵・ハム・ツナ)
キャロットラペ
ボルシチ
グリーンサラダ



看護課~夏の疲れをリセットしよう~

「暑さ寒さも彼岸まで」と言いますが、残暑が長引く年が多くなっていますね。夏から秋への季節の移り変わりでは気温差や気圧の変化により自律神経が乱れやすく、体のだるさや食欲不振、睡眠不足による体調不良が起こりやすくなります。暑さにより疲れた体をいたわり、「秋バテ」を予防していきましょう。



【対策】

- 適度な運動や入浴は寝る2時間ほど前に38~39℃のぬるめのお湯にゆっくりつかる
- 体を温める根菜類や疲労回復効果のあるビタミンB群が含まれた豚肉などの食品を意識して摂る
- 冷房による冷えから体を守るために薄手の上着等で室内外との温度差を調整できるようにする



デイサービス

暑い日が続く中、皆様お元気にお過ごしでしょうか。8月14日からの一週間は納涼祭週間として、かき氷や盆踊り、ヒヤッとする夏らしいゲームなどを楽しんでいただきました。

9月には敬老会を予定しております。皆様と楽しく過ごせることを私達も楽しみにしています。

《今後の予定》

- 9月18日(月) 敬老会
- 27日(水) バイオリン演奏会
- その他、キーボード演奏会を予定しております。



【理髪日】9月12日(火)・20日(水)

ご希望の方はお早目にお申し出下さい。火曜日・水曜日以外のご利用者様で理髪をご希望の方は、曜日を追加、または振り替えることも可能ですので、お気軽にご連絡下さい。