



社会福祉法人 刀圭会
ケアハウス・デイサービスセンター

そうび苑

帯広市西16条北1丁目27番地127
TEL 0155-36-2088

施設長 下川原 邦彦



1月4日新年恒例会

施設のご案内



社会福祉法人 刀圭会 医療法人 社団
帯広市西16条北1丁目27番地
理事長 長谷川 賢

- | | | |
|---------------|------------------------------|-----------------|
| そうび苑 | 〒080-0046 帯広市西16条北1丁目27番地127 | 電話 0155-36-2088 |
| ヘルパーステーション向日葵 | 〒080-0046 帯広市西16条北1丁目27番地34 | 電話 0155-38-3511 |
| 協立病院 | 〒080-0046 帯広市西16条北1丁目27番地 | 電話 0155-35-3355 |
| アメニティ帯広 | 〒080-0046 帯広市西16条北1丁目27番地 | 電話 0155-36-1234 |
| アメニティ本別 | 〒089-3325 中川郡本別町西美里別6-18 | 電話 01562-2-9311 |
| 訪問看護ステーション向日葵 | 〒080-0046 帯広市西16条北1丁目27番地 | 電話 0155-35-5028 |
| 居宅介護支援事業所向日葵 | 〒080-0046 帯広市西16条北1丁目27番地 | 電話 0155-35-5636 |



7~12月 ケアハウス 行事報告

7月

- 6日~10日 いきいき体操
- 18日 日帰り旅行「鹿追方面」
- 21日 誕生会
- 21日~24日 いきいき体操
- 22日 健康チェック
- 24日 北明リハビリ農園花壇整備
- 29日 北明リハビリ農園野外パーティー
第30回理事長杯PG大会



野外パーティー

8月

- 12日 盆踊り大会
- 18日 誕生会
- 19日 健康チェック
- 24日~28日 いきいき体操
- 24日 手作り教室「絵手紙」
講師 津島 民子氏
- 26日 不在者投票



ケアハウス・デイサービス合同盆踊り

9月

- 4日 帯広美術館「北大路魯山人」展観覧
- 7日・8日 冷蔵庫消毒、点検
- 7日~11日 いきいき体操
- 15日 誕生会
- 16日 健康チェック
- 18日 手作り教室「ダイクロガラス」
講師 近野 幸枝氏
- 24日・25日 いきいき体操
- 28日 秋の味覚祭
カラオケ大会



ダイクロガラス教室

10月

- 5日~9日 いきいき体操
- 12日~18日 秋の大掃除週間
- 19日・20日 大掃除点検
- 15日 手作り教室「干支の壁飾り」
講師 山口 静江氏
- 19日~23日 いきいき体操
- 20日 誕生会
- 21日 健康チェック
- 28日 第31回理事長杯PG大会



第31回PG大会

11月

- 3日 作品展示会
- 6日 帯広美術館「アイヌの美、カムイと創造する世界」展観覧
- 9日~13日 いきいき体操
- 10日 インフルエンザ予防接種
- 11日 避難訓練
- 13日 第1回目絵手紙同好会開催
- 17日 誕生会
- 18日 健康チェック
- 20日 講演会 演題『絆』
勝興寺 小澤 眞了住職
- 24日~27日 いきいき体操



講演会

12月

- 7日~11日 いきいき体操
- 8日・9日 冷蔵庫消毒、点検
- 8日~21日 結核検診
- 14日~16日 運動機能測定
- 16日 健康チェック
- 17日 年忘れ会・米寿祝い・誕生会



運動機能測定

絵手紙同好会

9月に開催された絵手紙教室の参加者から、「続けて習いたい」と強い要望があり、この度クラブ活動の一環として、絵手紙同好会が11月13日(金)に発足されました。



講師に津島民子先生をお招きし、第1回目の教室では、『柿』をモチーフに真剣な面持ちで取り組まれていました。先生より「どの作品も素敵ですね」とお褒めの言葉を頂きました。

毎月1回のペースで開催しております。体験も受け付けておりますので、興味のある方は遊びにきて下さいね。お待ちしております。



七月十八日(土)、九年ぶりに日帰りバス旅行に行つてきました。当日はあいにくの雨模様で傘をさしながらの移動となつてしまいましたが、神田日勝記念館を観光し然別湖にて遊覧船に乗船

そして昼食は大草原の小さな家で田舎料理バイキングをお腹一杯に満喫しました。帰りは道の駅鹿追で「お土産は何にしようかな?」と買い物も楽しみ心もお腹も大満足な一日となりました…。

日帰り旅行



年忘れ会

12月17日、年忘れ会が行われました。今年米寿を迎えられたのは今村さん、中家さん、小原さんの3名です。少し緊張された面持ちで施設長から記念品を受け取られました。この日は、施設の大正琴同好会「はまなす」の皆さんによる演奏と、入居者のご家族様による舞踊、歌も披露され、ほのぼのとした雰囲気にもまれながら楽しいひと時をすごしました。



ちよつと教えて

健康アドバイス

安心・安全な入浴を楽しむために

風呂で洗いすぎない



看護師 三浦 和子

入浴事故による死亡事故は年間で推定一万四千人にもなります。とくに事故が多くなるのが毎年十二月〜二月にかけての冬の時期です。その数は夏場の約十倍にもなります。心筋梗塞・脳梗塞・脳出血など、心・血管の障害なのです。こうした事故の大きな原因とされているのが、あつめの湯につかると、水圧による心臓への負担なのです。湯の温度によって、交感神経を刺激して、血圧の上昇や心拍増加につながります。水圧が加わり心臓への負担が大きく病状にとすすむのです。又、入浴中の脱水も加わります。湯に入ると体がしっとりした気分になるものですが、実際はしっとりしているのは湯から上がった直後だけで体の表面からは、どんどん水分がうばわれていき乾燥がすすみます。

- ①入浴時の事故を未然に防ぐには特にお年寄りが起こしやすいことの事実を第一に心がけてほしいのです。
- ②半身浴で身体への水圧を減らすためには、浴槽には肋骨の下あたりまでつかる
- ③入浴の時間はほんのり汗ばむ程度
- ④浴槽から出るときは、ゆっくり立ち上がる
- ⑤お風呂で洗いすぎないこと

かゆいから、アカが出るからとゴシゴシ洗いすぎると、かゆみがますますすすみ、皮膚の表面を保護している働きの低下します。かゆいところをゴシゴシこすると確かに気持ちがいいものですが、グツと我慢しましょう。冬などは空気も乾燥している時、汗はあまりかきません。皮脂の分泌も多くはなく湯につかるだけで体の汚れはとれます。

⑤食後一時間以内の入浴はさけましょう

⑥そうび苑での入浴は一人は絶対さけましょう

ご家庭では家族の方に入浴することを伝え、時々声をかけていただきましょう。

ぬるめの湯に半身浴で安全に極楽入浴を楽しみましょう。

まさか!!のときのこと

- ①入浴中に意識を失った人に対して、肩をたたきながら耳もとで呼びかけ相手の動きをたしかめることが第一です。状態によっては他の人を呼び、協力を求め、手早くすすめます。
- ②一人暮らしの方は、危険が伴う時間を自覚して深夜、早朝の入浴はさけましょう。発見がえられる可能性があります。

ヘルパーステーション

向日葵便り

主任

佐々木

薫

昨年末からの大雪で、今年のお正月は白銀の世界で迎えることとなりました。

こんな年は足元の悪さから転倒により骨折される方が多く見うけられますが、皆様は大丈夫だったでしょうか。

ヘルパーステーションも昨年は大きな事故もなく無事終えることが出来ました。これもひとえに皆様のご協力とご理解によるものと常々感謝しております。当事業所は、優秀な二十名のスタッフで、在籍期間も長い方が多くいます。そのため利用者様やケアマネからの信頼は厚く、それに応えるべく日々一丸となり奔走している状況です。

当事業所はそうび苑に併設されており、病院には居宅支援と訪問看護もあります。その利点としては何か困りごとや相談、利用者様の变化にもいち早く連携が取れ大事に至る前に未然に防ぐことが出来尚且つ細かな対応が出来る事です。

今年も一年のスタートです。また一年皆様が無事に過ごすことが出来るよう、スタッフ一同仕事をさせていただきます。たいと思います。

お問い合わせ先

TEL〇一五五―三八―三五一一
FAX〇一五五―三八―三五二二