



協同ショートニュース



2020. 8月号 No.祝200



広島医療生協協同短期入所事業所

TEL 225-7188
FAX 225-7189

真夏の日差しが窓から入り、もうしばらく暑さとのお付き合いが続きそうです。ご近所さんのお庭には、毎年恒例のゼミが集まり大合唱が響き渡っています。ニュースもおかげさまで**祝200回**をめでたく迎え、ますます皆様に日頃の様子や情報の発信になれば・・・と作成して参ります。



※『重要なお知らせ』※

「介護保険負担割合証」「介護保険負担限度額認定証」有効期限が令和2年7月31日までに becoming 完了しています。新しい証書がお手元に届きましたら、8月ショートご利用時に新しい（有効期限：令和2年8月1日から令和3年7月31日まで）証書のご提示をお願い致します。（介護負担限度額認定証の提示が無い場合、部屋代・食事代金が変わる場合もございます。）尚、ご不明なことがございましたら、担当のケアマネージャーさんかショートへお問い合わせください。



七夕飾り



七夕飾りを作りました。皆さん、短冊を手に、「何を願いましょうか」と、楽しそうに考えておられました。

「家族みんなが元気でおりますように」
「いつも笑って過ごせますように」
「子ども達、家族みんなが元気でいますように」
「健康で暮らせますように」 などなど・・・
皆さんの願いが叶いますように。



スペシャルおやつ

最近、『あずき』が食べたいね。という声がよく上がっていて男性スタッフ自慢のぜんざい作りが実現！！リビングに広がる甘い香りに誘われて、みなさんいつもより生き生きとした表情でおやつを心待ちにしていました。あたたかいぜんざいを「美味しいね！」と喜びの声を上げておられました。



ひよこ保育園児より贈り物

慰問で交流を行っている、ひよこ保育園のみなさんショートステイの「おじいちゃん・おばあちゃん」にと、七夕のプレゼントをもらいました。コロナウィルスの為、交流が難しくプレゼントのみになりました。可愛い織姫・彦星のモビールを利用者様一人一人に頂きました。居室にモビールがゆらゆら涼しげに踊っています。



スタッフの願いは、コロナが落ち着いて以前のようにひよこ保育園の園児さんと楽しい交流が出来ますように・・・でしょうか

暮らしの注意点

8月に注意していただきたいのが、熱中症・『こまめな水分補給』です。7月号では熱中症を取り上げてみたので、『何で？高齢者になるとこまめな水分補給をするように！！』と言われるのでしょうか？



加齢とともに見られる、3つの変化

- ◎水分を蓄えるための筋肉が減少し、体内の水分量が少なくなる
- ◎水分調整において重要な腎臓の機能低下、老廃物を排出するため尿量が多くなる
- ◎体の感覚が鈍くなり、のどの渇きも感じにくく、水分が必要でも本人が気付かない



人体に占める水分の割合は小児で70%~80%、成人で60%、高齢者で50%とされています。

人が1日に必要な水分量は、2~2.5ℓとされています。



そのうち半分は毎日の食事やフルーツなどの捕食を摂ることでまかなえますが、残りは水分で補給しなくてはなりません。

水分補給では水を基本として、麦茶などのカフェインの含まない水分が望ましい。(コーヒーや緑茶などに含まれるカフェインには利尿作用があり、体の中の水分が排出されやすくなります。※ショートでは麦茶を飲んで頂いています。) また、冷たすぎる飲み物は胃腸への刺激が強い為、常温か40~50度に冷ました白湯がおすすめです。



8月の行事予定

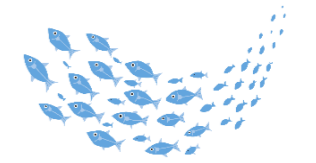
8月は待ちに待った『夏祭り』です。

企画の方も絶賛、進行中！！

楽しいひと時をみなさんと過ごせると思うとスタッフもワクワクです。



魚釣り大会



レクリエーションでの一コマをご紹介します。夏と言えば・・・海ですね。海水浴や花火大会・思い出が沢山あるのではないのでしょうか。釣りもその一つだと思います。かつお・鯛・タコ・イカ中にはアザラシまで釣り上げた利用者さんもおられました。

「この魚を調理して晩御飯のおかずにしよう。」「煮つけか刺身か・・・」など料理のやり方まで話は広がり「おいしそう。」と盛り上がりました。



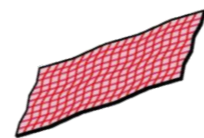
ショートスタッフの取り組みのご紹介
スタッフ一同、より良い介護をご提供するために 日々、知識の向上を目指しております。
外部研修に出掛け他の事業所との交流を行ったり、通信教育を受けて資格を手に入れたり。
安心してご利用頂けるように頑張っております。



ご家族様より、あたたかいお手紙を頂きました。



ちょっとだけ、ご紹介
『毎回、行届いたサービスをありがとうございます。』『ショートニュースに義父の嬉しそうな写真が出ており安心しました。』などの文面でした。スタッフ一同温かい気持ちになり、一層励みになりました。
皆さまいつもご利用頂き、有難う御座います。



☆タオルの寄付のお願い☆

お家で眠って使わないタオルがありましたら、ショートにご寄付下さい。
バスタオル・フェイスタオル・ハンドタオル
なんでも大募集です！！