

里だより

老人保健施設 福角の里
 〒799-2652
 松山市福角町乙 69番地3
 TEL 978-5258
 FAX 978-5083

里だより 目次

- ・1月・2月の主な出来事
 「初詣」 「民安会」



- ・3月・4月の主な予定
 ・お知らせコーナー
 ・里だより

- ・3月・4月のハッピーバースデー
 ・NEWフェイス ・みみより？話
 ・武田 愛子さん
 ・実習生さん
 ・秋川 真里奈さん 「二木 将太さん」
 「安藤 なつみさん」「梅田 勝史さん」

1月・2月の主な出来事



平成二十五年一月・二月
 行事始めの一貫として、今年も初詣に行きました。場所は、福角地域ではお馴染みの「木野山神社」です。
 皆さん願う事はいろいろあると思いますが、私達福角の里スタッフ一同も皆様の健康を心よりお祈り致します。(K・K)



初詣とは、年が明けてから初めて神社や寺院などに参拝する行事。一年の感謝を捧げたり、新年の無事と平安を志願したりする初参りとも言います。

さて、この福角の里の利用者様達はどのような初詣となったのでしょうか？

それでは2013年もこの福角の里でよいお年をお過ごしください。(K・H)

※同行して下さったスタッフの皆さん、有難う御座いました。



今年も地域の皆様を交えて「民安会」が行われました。ボランティアの皆様による催しはひときは利用者様の目を輝かせていましたよ。民謡・三味線・手品にお琴・など、個性豊かな皆様の表情は私達スタッフも一緒になって楽しませて頂きました。読者の方々も機会がありましたら是非、是非ご参加願います。(K・K)



3月・4月の主な予定

- 3月19日 「福角の里 勉強会」
 (仮・これからの介護・看護のあり方
 ↳サテライト・ユニット化に向けて)
- 3月28日 新人オリエンテーション
- 4月 お花見・イチゴ狩り
 華道・書道教室 他

☆春の花ことば紹介☆

『さくら』：純潔、心が美しい、とても美しい
 『チューリップ』：博愛、思いやり、正直
 みなさんも自分の誕生日の花ことばを調べてみてはいかがでしょうか？

ひとくちメモ

少しずつですが、里のリニューアルが進んでいますね。「里だより」もちょつとだけリニューアルにチャレンジしてみました。
 読者の皆様のご意見や投書も掲載できたらいいですね。宜しく願います。

里の便り

春の日差しが利用者様の心を癒してくれる季節がやってきました。皆さんいかががお過ごしですか。朝はちよつぱり肌寒いですが、福角の里の周辺では春の訪れを知らせてくれる風物詩がちらほらと見られるようになりました。桜の花はもう少し先のようなのですが、入り口の坂道から菜の花が歓迎してくれますよ。



福角の里では春の準備が着々と進んでおりまして、利用者様、家族様はもちろんの事、新規で入ってこられる方にも楽しんでもらえる施設創りを心掛けています。「福角の里に来て良かった」・「また福角の里に行きたい」と皆様から言ってもらえるような施設であり続けたい・・・という願いを込めて私達スタッフも頑張っています。皆さんの「笑顔」は大切にしたいですからね。

☆ご紹介☆

ハートフル美容室

移動美容室ハートフルです。ご自宅一人でもお伺い致します。特に普段なかか行けないお年寄りの方に喜ばれています。ご希望の方はいつでもお声を掛けて下さい。

車の中でシャンプーも出来ますよ！

※福角の里では毎週木曜日に伺っております。利用者様は施設内でご予約を承っております。最寄りのスタッフにお声をお掛け下さいませ。

メニュー

- カット 2000円
- カラー 4000円〜5000円
- パーマ 6000円

(電話) 0120・85・3463

お知らせコーナー



「里だより」に掲載しませんか？

福角の里 新聞部では、里だよりに掲載する記事を募集しています。里に関する情報、個人の趣味、地域の催しなど、皆様に伝えたい情報が御座いましたら最寄りのスタッフに声を掛けてくださいませ。お待ちしております。(新聞部)

3月・4月のハッピーバースデー

お誕生日おめでとう！

「福角の里」でお誕生日を迎えられる皆様です。

(3月)	
石崎 絹子 様	9 8 歳
上野 梅子 様	9 3 歳
宇郷 千恵子 様	8 7 歳
大西 フサ子 様	8 7 歳
黒星 キヨ子 様	8 4 歳
高野 トミヨ 様	9 6 歳
野本 光義 様	8 4 歳
橋本 富子 様	8 3 歳
水本 レイ子 様	7 7 歳
矢野 八重子 様	1 0 0 歳
(4月)	
仙波 アサコ 様	9 1 歳
八木野チドリ 様	9 0 歳
柳原 計介 様	8 0 歳

今月号でお誕生日を迎えられる利用者のみなさん、

お誕生日、おめでとう御座います。スタッフ一同、心よりお祝い申し上げます。



福角の里 NEWSフェイス！

福角の里、介護スタッフとして新たな仲間が増えました。期待の新人登場です。皆さん、宜しくお祝いします。

Q 早速ですが一言..

「はじめまして！2月から福角の里に入社致しました**武田愛子**と申します。介護職の現場は初めてなので、知識はまだありませんが、どうぞ宜しくお願い致します。体力には自信があります！力仕事はなんなりとお申し付け下さい。(^^)」



※平成二十五年度の新人さんとして一足早く勤務して頂いております。気軽にお声を掛けて下さいね。(T・M)

みみより？な、お話し

「体温と免疫力」

体温が下がると、免疫力は30%も低くなります。健康な人の平均体温は36.5〜37.1度ですが、体温が上がると↓血液の流れが良くなる↓免疫が上がり、逆に下がると↓血流が悪くなり↓免疫力が低下する↓体内の異物に対し、発見・除去する白血球を集めにくくなり、ウイルスや細胞に負けて発病しやすくなる可能性があります。

★体温によって違かかやすい病気★

- 36・5度―免疫力が高い健康な体。病気になるにくい。
- 36・0度―冷感性。体の代謝効率が悪い。アレルギーになりやすい。

35・5度―毒素が体外に出づら。花粉症、アトピー、鼻炎などのアレルギー体質

35・5度―ガン細胞が増えやすい。

※平熱は、朝起きてすぐ、昼、3回測った平均値です。

★体温アップ健康法★

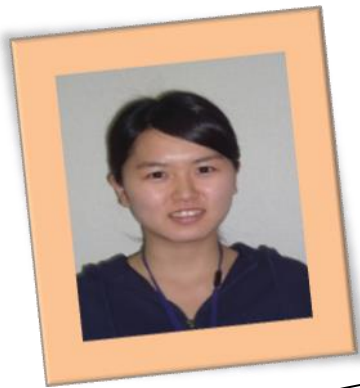
- 1日30分のウォーキング・湯船に浸かる入浴・入浴後の筋トレ・温かい飲み物を飲む・食事で体温と免疫力を上げることが出来るそうです。(T・M)

「歴史上の人物は何型？」

残念ながら、歴史上の人物の血液型が判明しているというのは非常に少ない。なぜなら血液型が発見された事自体、まだ100年ほど前のことではないからです。しかし現在は科学技術の発達が著しく、様々な方法を駆使して、血判状や骨、頭髪などからも血液型を調べることが可能になりました。自分と同じ血液型の人物を探してみるのもおもしろいですよ。一例を挙げると、

豊臣秀吉O型・上杉謙信AB型・伊達政宗B型・大久保利通O

実習生さん 実習おつかれさまでした。これからも頑張ってください！！



2月4日から相談援助実習に来させて頂いている松山大学の**秋川真里奈**です。将来、利用者のことを第一に考えることができる相談員になるため、この実習を通して支援のあり方について学びたいと思っています。宜しくお願い致します。

聖カタリナ大学3回生の**一木翔太**です。今回最後の実習でもあるので、今までできなかった介護技術を上達させたり、担当利用者さんにとってよりよいケアプランを立てることにより、喜んでもらえるような計画を立てていきたいです。



聖カタリナ大学3回生の**安藤なつみ**です。私は、水がおいしくて有名な西条市出身で、果物が大好きで毎日みかんを食べています。体を動かすことと音楽を聞くことで毎日を楽しんでいます。カラオケで歌を歌うと演歌声と言われるので、よく演歌を歌います。宜しくお願い致します。



聖カタリナ大学3回生の**梅田勝史**です。今回の実習が最後の実習なので、いろいろな利用者さんに関わったり、職員さんから介助の技術などについて教えてもらいながら、自分の知識や技術を高められるように取り組んでいきたいです。

