

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
EAX 978-5083

里だより 目次

11月・12月の主な出来事
【クリスマス会】 【文化祭】



- ・ 11月・12月の主な出来事
- ・ 1月・2月の行事予定
- ・ お知らせコーナー
- ・ 1月・2月のハッピーバースデー
- ・ みみよりな？お話し
- ・ 編集長からの一言
- ・ インフルエンザにご注意を
- ・ 今月のベストスマイル



11、12月の行事予定

福角の里「クリスマス会」

平成25年12月、今年もクリスマス会を開催致しました。地域の皆様のご協力もあり、いろいろな催しものにみなさん喜ばれたことでしょうか。楽しいクリスマス会でした。



平成26年1・2月の主な予定表

- 第2・4木曜：華道クラブ
- 第3木曜：茶道クラブ
- 1月14、28日、2月25日 移動図書
- 2月11日 節分

お知らせコーナー

福角の里よりお知らせです。
現在、福角病院・福角の里の改装工事の為、ご訪問頂いた方に大変ご迷惑をおかけいたしております。駐車場、入り口など御不明な点はお近くのスタッフまでお問い合わせ下さい。

新聞部よりお知らせです。

「里だより」に掲載しませんか。
趣味の俳句・習字・華道等の作品や日頃の様子、又、些細な出来事でもかまいません。掲載希望が御座いましたら新聞部(里だより委員)までご相談下さいませ。ご希望により取材にも応じます。お待ちしております。



堀江公民館「文化祭」

平成25年11月、堀江地区の文化祭に参加させて頂きました。皆様のすばらしい作品に感動・感謝！！です。



※みなさん、体操・レクリエーションに心も身体もリフレッシュです！

「地震訓練」

平成25年11月23日、福角の里施設内で、防災対策として「地震訓練」を行いました。疑似体験の出来る車両を用いての訓練は、かなり有意義なものでした。
【地震体験車】※室内を忠実に再現



擬似的にも地震が来ると分かっているにもかかわらず、なかなか身体が動かないものですね。貴重な体験有難う御座いました。

お知らせコーナー

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！

(1月)	
石田 スエノ 様	木村 富士枝 様
津田 禮子 様	原 アサヨ 様
山田 文子 様	(2月)
石丸 制 様	宇都宮スガミ 様
黒川 文子 様	白石 ユキエ 様
武智 貞美 様	長野 ヨミエ 様
隼田 タケヨ 様	三好 チヨカ 様
村上 圭一 様	横田 美苗 様

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。☆

【注意！！今年もインフルエンザが流行しています！！】

日常生活で出来る予防方法

日常生活ではまず、体調を整えて抵抗力をつけ、ウイルスに接触しないことが大切です。また、インフルエンザウイルスは湿度に非常に弱いので、加湿器などを使って室内を適度な湿度に保つことは有効な予防方法です。

- 1 栄養と休養を十分取る**
体力をつけ、抵抗力を高めることで感染しにくくなります。
- 2 人ごみを避ける**
病原体であるウイルスを寄せ付けないようにしましょう。
- 3 適度な温度と湿度を保つ**
ウイルスは低温、低湿を好み、乾燥しているとウイルスが長時間空气中を漂っています。加湿器等で室内を適度な湿度を保ちましょう。
- 4 外出後の手洗いとうがいの施行**
手洗いは接触による感染を、うがいはのどの乾燥を防ぎます。
- 5 マスクを着用する**
風邪をひかれている等、体調を崩されている方はマスクを着用しましょう。罹患した人では、咳やくしゃみの飛沫から他人に感染するのを防ぐ効果もあります。『人に対して』という意味で『エチケットマスク』などといわれることもあります。

※常日頃の予防・早めの対応に心がけて下さい。

「インフルエンザ」と「かぜ（普通感冒）」症状の違い

インフルエンザと“かぜ”（普通感冒）とは、原因となるウイルスの種類が異なり、通常のかぜ（普通感冒）はのどや鼻に症状が現れるのに対し、インフルエンザは急に38～40度の高熱がでるのが特徴です。

さらに、倦怠感、筋肉痛、関節痛などの全身症状も強く、これらの激しい症状は通常5日間ほど続きます。また、気管支炎や肺炎を併発しやすく、重症化すると脳炎や心不全を起こすこともあり、体力のない高齢者や乳幼児などは命にかかわることもあります。



「今月のベストスマイル！」

みみよりな？お話し

ユニットケアとは

入居者一人ひとりの尊厳を重視し、個人の自律を尊重するため施設の居室をユニット10人以下のグループに分けて1つの生活単位とし、少人数の家庭的な雰囲気の中でケアを行うものです。食事や入浴、施設内の行事などの日常生活はこのユニットごとに行います。

ユニットケアのメリット

- ① 入居者のプライバシーがより多く確保された生活空間を持つことができます。
 - ② 「自分の生活空間」と同ユニット内の「少人数の入居者が交流できる空間(共有スペース)」が区別でき、入居者のストレス軽減につながります。(認知症高齢者の徘徊などが少なくなる例もある)
 - ③ 個室近くに共有スペースを設けることで、他の入居者と潤滑な人間関係が築け、相互の交流が進みます。
 - ④ 利用者の家族が気兼ねなく入居者を訪問できます。
 - ⑤ インフルエンザ等の感染症の防止に効果があります。
- ※福角の里では「ユニットケア」に向けての計画が着々と進行中です。利用者様・家族様にとって、より過ごしやすい環境作りを目指して参ります。

謹賀新年・明けましておめでとうござい
ます。

今年は暖冬？と言われていたのにもかかわらず、12月にはすでに初雪降りを観測しました。この日、早番で出勤した私は、利用者様の起床時にベランダ越しの雪景色と一緒に眺めたのを今も鮮明に覚えています。最近、雪が降る事自体珍しいこの地域での積雪で、いろいろなことを思い出したのではないのでしょうか。

さて、年も明け平成26年が始まりました。昨年もいろいろありましたが、ご家族様、地域の皆様のご協力とスタッフの頑張りのおかげで乗り切ることが出来ました。この場をお借りしてお礼申し上げます。今年も利用者様に喜んで頂けるよう精進して参りますので、今年も宜しくお願い致します。



編集後記