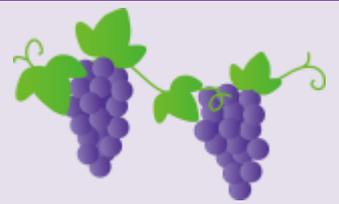


天の川だより



～一期一会～

2017年11月発行
Vol. 24

敬老会

9/20(水)



一昨年・昨年につき、今年も横手市平鹿町にある西法寺の齊藤泰圓ご住職が来てくれました。

普段なかなか聞くことの出来ないご住職のありがたいお話に皆様真剣に耳を傾けていらっしゃいました。

施設からは長寿のお祝いにタオルをプレゼントしましたが、可愛いと喜んでいただけました。

これからも利用者様に笑顔で過ごしていただけるよう、職員も日々精進してまいります！



流しそうめん

暑くて厳しい夏、やはり涼やかなことを求めたくありませんよね！
と、ということで、今年も各フロアにて流しそうめんを行いました☆
立派な竹筒に水を流し、そうめんの他、稲庭うどんや施設で採れたミニトマトなどの夏野菜、ゼリーまでもいっしょに楽しみました。



皆さん、我先にと手をのぼしておいしそうに召し上がっていました。流れてくるそうめんを箸でつかむのは難しそうですが、利用者様どうし笑いあいながら、良い時間を過ごしていただけたようです。

すいか割り

今年も夏の恒例行事であるスイカ割りを行いました。
目隠しをしていたのでスイカの位置は分かり難い様子でしたが、周りで見ている方たちが大きな声で場所を教え、それぞれ棒を使って頑張っておりました。
最後にスイカが半分に分けると大きな拍手があがっていました。その後は皆さんで美味しく頂き、「久しぶりに食べた」、「甘くて美味しい」と笑顔で話されていました。



花火大会

8月30日に花火を行いました!!!
15名ほどの利用者様が参加して下さい、
皆さん童心にかえて楽しかったと喜んで下さいました☆
手持ち花火も種類が豊富で驚いておられる利用者様もいらっしゃいました!!!





神代芸能保存会慰問

普段は角館に伝わる伝統芸能の保存と発展に努めている皆様ですが、この度、ラ・ボア・ラクテに慰問にやって来て下さいました。皆様は、国指定重要無形民俗文化財「角館祭りのやま行事」にて、郷土民謡の演奏と手踊りを行っておられます。笛の音色は美しく、太鼓の音響は大迫力！その素晴らしい技術を持って、利用者様も職員も瞬く間に虜にしてしまいました。子ども達による手踊りもかわいらしい外見とは裏腹に、優美にして華憐、あまりの美しさに、全員が見惚れてしまいました。

ハ・ー・ヘ・キュー

BBQ



10/3~5、バーベキュー行事を開催しました！定番の焼きそば、焼き鳥に加え、今年は秋の味覚・サンマも初めて提供しました。ノンアルコール飲料が予想以上の人気で、「私、酒蔵で働いたことがあるのよ」「音は強かったの！」など会話が盛り上がっていました。

M E N U

- | | |
|---------|--------------|
| 鉄板焼きそば | ☆飲み物 |
| 炭火焼き鳥 | ジュース・お茶 |
| 炭火焼きサンマ | 日本酒・ビール・カクテル |
| 枝豆 | (全てノンアルコール) |



みんなで乾杯♪

レクリエーションプロジェクト

運動系レク

今回は秋を題材に芋掘りゲームを実施。皆さん棒をうまく使いたくさん芋を掘り上げていました。数が少なくなると争奪戦に。終わると達成感から大きな歓声と笑い声が響き渡りました。



工作系レク

8月にフラワーカップ作成と9月にカボチャの飾りを作成しました。フラワーカップは造花と紙粘土等を使用し作成しました。クオリティーの高い物が完成しました。カボチャの飾りは、新聞紙と色を塗った和紙を張り合わせていき作成しました。ハロウィン時には変身するかもしれません。どちらも皆さん集中して取り組まれており、満足のいくものができたと喜ばれておりました。



冬に起こしやすい

ヒートショックの対策について

ヒートショックとは…

暖かい場所と冷たい場所を行き来した時に、急激な血圧の上昇と下降によって、心筋梗塞・脳梗塞・脳出血・不整脈・失神などを引き起こすことをいいます。特に入浴時に起きることが多いです。

注意すること



- ①体調が優れない時は入浴しない
入浴は体に大きな負担をかけます。
- ②脱衣所、浴室や浴槽の温度差を小さくする
脱衣所と浴室は暖房器具で温めておきましょう。
- ③浴槽の湯温を高くしすぎない
42℃未満が望ましいです。
- ④入浴する際は誰かに声を掛けてから入る
何か異常があった場合は早く気づいてもらえます。



また、入浴以外でも朝のゴミ出しや起床時、布団から出る際も気を付ける必要があります！厚着をしたり、暖房器具で部屋を暖めるなど気温差を小さくするようにしましょう。

職員紹介



ラ・ポア・ラクテを支える職員をチョットずつ紹介♪



ケアサポート課 3F 主任
奥州谷 学

見た目は老けていますが27歳。2児のパパとして日々奮闘中です。男として2人の親として自覚を持ち、仕事に邁進していきます。



ケアサポート課 看護係
宮腰 久美子

能代からこの施設に来て1年9ヶ月が経過…毎日が楽しく、今後も安心・信頼されて利用できる施設の看護師として務めていきたいと思えます！

栄養コラム

家でできる食中毒予防～part2～

④調理

- ★作業前に手洗い
- ★台所は清潔に(生肉・魚を果物、野菜と一緒にしない)
- ★加熱は十分に(温め直す際も十分に加熱)
- ★調理を途中で止めたら食品は冷蔵庫へ

⑤食事

- ★食事の前に手を洗う
- ★盛り付けは清潔な器具、食器を使う
- ★調理後長時間室温に放置しない



⑥残った食品

- ★作業前に手洗い後、清潔な器具、容器で保存
- ★早く冷えるように小分けにする
- ★なるべく早く食べる→時間が経ち過ぎたり、色や匂いが気になったりした際は思い切って捨てましょう。

行事予定



11/15 オカリナ演奏会
寿司行事



11/22 運動会

11/28～30 鍋行事



編集者から

花火やすいか割りなど夏ならではの行事をたくさん実施しました。施設内でも四季を感じていただけるよう、秋冬も季節に合わせた行事を企画していきます！

ショートステイ

ラ★ポア★ラクテ

〒010-0851 秋田県秋田市手形字西谷地 1-2 TEL 018-893-3221 FAX 018-893-5778

