

こう じゆ 紅 寿 だより

第45号(平成27年秋号)



西村山郡河北町大字溝延字本丸8-1
介護老人保健施設紅寿の里内
紅寿だより広報委員会発行
電話0237-73-5850
FAX0237-73-5860



『紅寿の里 文化祭』

遊・You・友 ～楽しもう紅寿～



文化祭実行委員長 大熊 仁

11月15日、紅寿の里で文化祭が開催されました。今年は、入所されている利用者様や地域の皆様方に「紅寿の里で楽しんで遊んでいただくこと」をメインとし、テーマを「遊・You・友～楽しもう紅寿～」としました。

皆様には、終了時間ギリギリまで楽しんで、遊んで頂きたいと考え、スタンプラリーを新たな試みとして行いました。スタンプ集めのチェックポイントとして、射的や輪投げで遊ぶことを取り入れ、子供達だけでなく、大人の方々にも挑戦して頂きたいと思っておりました。しかし、正直、スタンプ集めをしてくれるのだろうか、という不安もありました。当日は、射的や輪投げをされている姿を多く見かけ、午後からの抽選会にも参加して頂き、本当に嬉しく思っております。

また、カラオケ大会では、利用者様が日頃の練習成果を出し、表情も良く歌われていました。そして、スタッフの軽快なトークを交えた進行もあり、会場全体がひとつとなり、大いに盛り上がる事が出来ました。

廊下いっぱい広がる作品展示では、どれも見応えのある利用者様の作品ばかりで、多くの方々に足を止めて頂き、好評を得ることが出来ました。

最後に、実行委員をはじめとし、多くの方々のご協力により、無事に文化祭を終えることが出来、感謝しております。また、お足元の悪い中、多くのご家族様、地域の皆様にお越し頂きまして、誠にありがとうございました。

私達は、
地域の皆様に
育てていただける
施設を
目指しています。



社会医療法人みゆき会 介護老人保健施設 紅寿の里

指定居宅介護支援事業所ケアサポート紅寿

紅寿の里 文化祭

スタンプラリー

子どもから大人まで
多くの方に参加して頂きました！



カッパ

僕たち「ひよこ」と「カッパ」を
見つけられましたか？



ひよこ

お米、ビール券、コーヒーセットなどの
豪華賞品も用意されました！
当選された方
おめでとうございます★

作品展示



習字やかごなど、
皆さん一生懸命
作っておられました♪



素敵な作品が
沢山並びました!!



ビーズで出来た絵です!
細かい作業です!!



お楽しみコーナー

◎射的コーナー

景品目指して、
的を「パーン!」と
狙い撃ち!



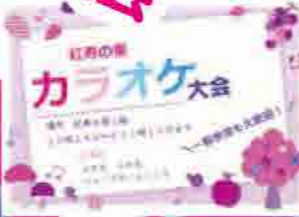
◎輪投げコーナー

ヒョイッ!
狙った所へ
どんどん
入ります!



カラオケ大会

力強い歌声の
利いた歌声です!!



表情良々衣装も
素敵です☆三

農産物販売

「旬のまるかじり」さん
に来て頂きました。
新鮮な地元野菜
がいっぱい!



出店

美味しそうな
匂いがします!
ん〜食べたい♡



お買い上げ
ありがとうございます。
沢山召し上がって
下さいね。



福祉用具展示



毎年、福祉用具展示・販売をしています。
福祉用具も日々進化しており、より軽量にコンパクト
になっています。車椅子や歩行器、手すりや杖
等、見るだけでもタメになりました。

また、福祉用具
だけでなく、生活に
便利な日用品も
販売しました。



どれも
美味しそうで
迷うわ〜



だ液腺マッサージ

最近飲み込みづらくなったと感じることはありませんか？暖房のせいで口の中が乾いているのでは？と思っている方…もしかしたらドライマウスかもしれません。

ドライマウスとは、口の中の唾液（だえき）の量が少なくなっていると考えられます。具体的な症状として、

- 1.ムシ歯や歯周病が進行しやすくなる
- 2.入れ歯が不安定になり、炎症を起こしやすくなる
- 3.口臭が強くなり、口の粘膜の炎症が増える
- 4.会話や食べたり飲み込んだりしにくくなる
- 5.味覚障害や舌に痛みが出やすくなる

そこで、だ液腺マッサージです。だ液腺（耳下腺・顎下腺・舌下腺）への刺激で、さらにだ液がたくさん出るようになります。だ液のはたらきで、乾燥がおさまり、口の中もきれいになって、口臭予防や口内炎などが治りやすくなります。だ液腺マッサージは食前がおすすめです。だ液によって食べ物が飲み込みやすくなり食品のバラエティーも広がります。

唾液の分泌をうながす「だ液腺のマッサージ」

出典：安全においしく食べるための健口体操



インフルエンザ・ノロウイルスに注意を！

これから、冬季にかけて流行の時期に入ります。感染をしないように、予防に努めましょう。

インフルエンザ

(症状)

- 突然の高熱
- 関節痛、筋肉痛などの全身症状
- 咽頭痛、鼻汁、咳

(予防)

- ◆手洗い、うがい
- ◆マスク着用
- ◆適度な湿度を保つ（50～60%）
- ◆体調管理
十分な栄養・休養・睡眠を心掛ける
- ◆人ごみを避ける

ノロウイルス

(症状)

- 吐き気、嘔吐
- 下痢、腹痛

(予防)

- ◆貝類を生で食べない、
- ◆調理台・調理器具の消毒
- ◆手洗い
- ◆便、オムツ、嘔吐物などの適切な処理
- ◆汚染された服、床など塩素系薬剤での消毒