

ほのぼの通信

2017春

介護付有料老人ホーム ほのぼの苑西原
 広島市安佐南区西原6丁目14-10
 電話(082)850-1201 平成29年4月発行

行事・4月 お花見

春

桜の花が咲き始めた4月5日、近隣の中須公園にお花見に行きました。桜の花道を散歩したり、風に流れる花びらを眺めたりしてゆったりとした時間を過ごされました。昼食は、職員手作りのお弁当を召し上げられ、満足されて帰途につかれました。外出されなかった入居者様も食堂で、花見弁当を召し上げられ、お弁当は珍しいし、美味しかったよとおっしゃってくださいました。晴れた日には、お散歩で近くの桜を楽しんでいただく予定です。



息子様がお花見弁当を持参され、一緒に・・・

お誕生日会

3月

おめでとうございます

フラダンス
 安佐北区で活動されている小学生のフラダンスグループです。ワイキキフラなどを披露してくださいました。



行事・3月 ひな祭り

3月3日のひな祭り。三線サークル「美ら心(ちゅらぐる)」の方をお招きし、三線演奏会を開催しました。涙そうそう、花などを観賞し、皆様で「うれしいひな祭り」などの歌を合唱しました。昼食はひし形寿司、おやつに雛あられ、手作りデザートと甘酒を召し上げられました。



日曜喫茶・ 苑庭喫茶



第24日曜日に喫茶を開催しています。暖かい日は苑庭に出て、外気浴を楽しまれています。

看護師より

- 高齢者の食事で気をつけたいこと
 高齢者は、体の機能や筋力の衰えなどで、食事に関するさまざまな注意が必要です。
- ① 水分の摂取が少なくなる
 (喉の渇きを感じにくくなり、脱水を起こしやすいので、こまめな水分摂取をする。)
 - ② 嚥む力が弱まる
 - ③ 飲み込みが難しくなる
 (入れ歯を調整する。食材に注意し、細かく刻んだり、舌で潰せるくらいまで柔らかく調理する。トロミをつける。)
 - ④ 食事量が減る
 (消化に時間がかかるため、胃や腸の動きを抑えるメニュー(脂質やたんぱく質の量、繊維が多いもの)を取り入れすぎない。)

行事予定

- 4月21日
 理容
- 5月3日
 お誕生日会
- 5月10日
 二胡演奏会

