

ほのぼの通信 5月号

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
 第50号 電話(082)850-1201 平成30年5月発行

4月 お花見

今年は開花が早く、桜も葉桜に変わりつつある4月4日に、中須公園へお花見にいきました。花びらがひらひらと舞い散る中を散策したり、花びらの絨毯を眺めながら談笑したりして過ごされました。外出されなかった入居者様も、食堂でお弁当を召し上がり、別日に竜王公園などで桜を鑑賞されました。



日常生活

朝の体操を終えて、コーヒーなどを飲んだ後は、居室に戻られる方、そのまま食堂にて本を読んだり、舟や箱を作ったりと、それぞれがお好きなおことをして過ごしています。



ばたから体操&唾液腺マッサージ

ばたから体操とは、食べ物上手に喉の奥まで運ぶ為の発音による体操です。高齢になると、お口の周りの筋肉や舌の動きが悪くなります。その予防や改善のために、唾液腺マッサージとともに食事前に行っています。



食中毒予防について(看護師より)

高齢者は菌やウイルスに抵抗する力が少なく、食中毒を発症してしまいます。免疫力が低下しがちな高齢者にとって身体の中に菌やウイルスが入らないように予防する事が大切です。

＝食中毒予防には＝

菌を「つけない」「増やさない」「やっつける」ことです。

つけないために・・手指や器具の洗浄・消毒、調理器具を使い分ける。

増やさないために・・調理は迅速に、調理後は速く食べる。食品を室内に長時間放置しない。

やっつけるために・・食品を十分に加熱する。器具は洗浄した後、熱湯や塩素系などで消毒する。

