

ほのぼの通信 7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51号 電話(082)850-1201 平成30年7月発行



6月7日、レイフラワーマカナ様が、フラダンスを披露してくださいました。南国の夜や瀬戸の花嫁などの演奏に合わせて、一緒に躍ったり歌ったりと楽しいひと時を過ごされました。

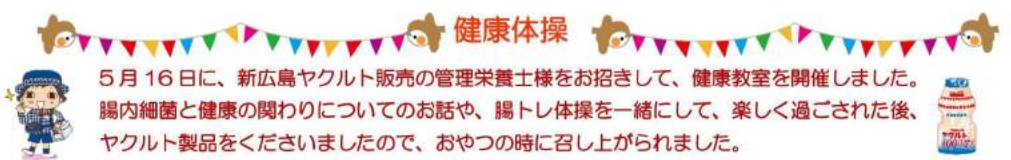


6月20日、美ら心(ちゅらくぐる)様による、沖縄唄三線とピアノ演奏会を開催しました。美しい沖縄や花などの曲を演奏され、入居者さまも、心地よい音色に耳を傾けておられました。

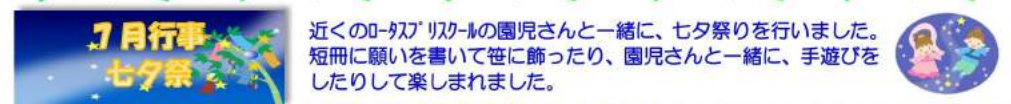


お誕生日 おめでとうございます

食中毒警報について
 6月18日、広島県内全域に食中毒警報が発令されました。
 施設内での食中毒の発生を防ぐ為、生もの持ち込みは、御遠慮くださいますようお願いいたします。



5月16日に、新広島ヤクルト販売の管理栄養士様をお招きして、健康教室を開催しました。腸内細菌と健康の関わりについてのお話や、腸トレ体操と一緒に、楽しく過ごされた後、ヤクルト製品をいただきましたので、おやつの時に召し上がられました。



近くの0-70リカールの園児さんと一緒に、七夕祭を行いました。短冊に願いを書いて笹に飾ったり、園児さんと一緒に、手遊びをしたりして楽しめました。



日常生活

苑庭の野菜がすくすくと育っています。採れたての野菜を職員が調理し、召し上がって頂きました。じゃが芋も夏祭りで使う予定です。



室内熱中症
 高齢者の体は水分量が少なく、暑さや喉の渇きを感じにくいこと、体温調節機能が低下しているため、注意が必要です。熱中症は、日中の炎天下だけでなく、室内でも夜でも多く発生します。
 室内熱中症を予防するには・・・
 ① クーラーを有効に活用する ② 窓を開けて風を通す ③ 扇風機などで熱い空気を動かす
 ④ 日中の日差しをしっかりと遮る ⑤ 喉が渇かなくても水分をこまめに摂る
 (就寝中も水分は失われているので、水分は摂りましょう)

