

ほのぼの通信

3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55号 電話(082)850-1201 平成31年3月発行

運営懇談会

当日の昼食を一緒に召し上がっていただいた後に、運営懇談会を開催しました。入居者様の日頃の様子や苑の行事などを紹介したり、ご家族様の想いなどをお話しいただいたりして、有意義なひと時となりました。ご意見いただきましたことに対し、今後努力する所存でございますので、これからもご理解のほど、宜しくお願いします。



日常午前 入浴・テレビ体操の後、食堂で、コーヒーなどお好きな飲み物を飲みながら、新聞や雑誌を読まれたり、入居者様同士で談笑したりして過ごされています。



2月 節分

2月6日、節分祭を行いました。鬼当てや福笑いなどのゲームをして、職員が鬼になり、豆まきを行いました。その後、職員が二人羽織をするのを見て大笑い。おやつには、福豆と甘酒を召し上がられました。



日常午後

月・金曜は体操と歌、火・木曜は風船パレー、水曜はゲーム、土曜はカラオケをした後、おやつを召し上がられます。そのまま食堂でテレビを見たり、タオルを畳んだりする方、お部屋でゆっくりされる方と、その方の体調にあわせて過ごされています。



1月

2月

お誕生日 おめでとうございます

花粉症について

スギやヒノキなどの植物の花粉が原因となって、くしゃみ・鼻水などのアレルギー症状を引き起こします。花粉症を軽くするには、体内に花粉を取り込まないことです。今年の花粉の飛散量は、例年よりも多いそうです。対策として、

- ① 外出時はマスクの着用（隙間をなるべくなくす）
- ② 帰宅時は衣服に付いた花粉を落とし、手洗いうがいをし、室内に持ち込まないようにする
- ③ 衣服は、花粉が付きやすいウール素材などではなく、ツルツルした素材のものを着用する
- ④ 室内では、10cmくらい窓を開け換気をし、こまめに掃除をするなどがありますので、気をつけて過ごしましょう。