

# すぎの子 石志 ニュース

13年3月号



紅白の梅や黄色の菜の花が景色を彩っています。桜の花芽もふっくらして、まさしく春到来。お天気の良いければ、気分もウキウキ！自然に元気が出てきます。

でも、喜んでばかりもいられません。春風によってやってくるのは黄砂とPM2.5。天気予報や行政から発表される予報に注意し、自己防衛をしなければなりませんね。

鏡神社の梅園。2月27日にでかけました。満開の花が春の陽光を浴びてとてもきれいでした。

## うき♡うき♡ ひなまつり

2月中旬になると各地でひな人形の展示が始まり、咲き始めた梅とあいまって、華やかな雰囲気です。すぎの子でも2月28日入居者とスタッフが共同で折り紙のおひな様を作って飾りました。3月3日桃の節句には、ひなまつりの歌やお寿司、ハマグリのお吸い物、甘酒、桜餅、ひなあられでお祝い。春の空気に包まれた1日となりました。



ひなまつり会の模様



3日の昼食とおやつ

また、2月27日は古代の森会館で開催されている“唐津のひな遊び”を見に出かけてみました。

由緒あるひな人形と道具類が展示されており、とてもきれいでした。



古代の森会館



## 歩け歩け体操

寒い日が続いた2月、どうしても運動不足になりがちです。そこでホームでは廊下で歌を唄いながら歩行訓練をしています。

♪幸せは歩いてこない～(腰を伸ばす)～

♪だから歩いていくんだね～(腰を伸ばす)～

なんて具合に楽しく和気あいあいと行っています。「少し腰の伸びたごたるよ～」との声もでていますよ。



## 国旗掲揚 ～ 2月11日建国記念日

祝日を旗日といいますが、国旗を掲げるお宅がめっきり少なくなりましたね。でも、すぎの子石志ではちゃんと掲揚係の入居者がいらっしゃるんですよ！2月11日もスタッフと一緒に旗を玄関に掲げていただきました。

当日来所されたご家族からは、“さすが、すぎの子ね！”とお褒めの言葉をいただき、一同喜んでいました。



## 口腔ケアで肺炎防止



高齢者の身近にある危険で多いのは転倒と肺炎。肺炎は食べ物や飲み物が誤って気管に入ること(誤嚥)で起こります。防止のためにはお口の清潔を守り、口の中に細菌を増やさない事が大事。

また、食事は、①歯で噛み砕く ②下や頬の内側で食べ物をまとめ、飲み込みやすくする ③飲み込む というプロセスがあります。このプロセスが円滑に行えないと、誤嚥の危険が高まるため、日ごろからおしゃべりや歌を唄ったりして口を活発に動かすことが大切です。

すぎの子では毎食後の歯磨き・うがいをを行い、レクリエーションでは毎回大きな声で歌を唄っています。

## 火災防止について

2月8日発生した長崎市のグループホーム火災では死者5人となり、大変傷ましい結果となりました。お亡くなりになった方のご冥福をお祈りします。

スタッフが少ない夜間に発生した場合を考えると、すぎの子石志でも不安はつきません。火事を出さないことが第一ですが、設備の保守点検や避難訓練を繰り返し行い、万が一の事態に備えています。

【すぎの子石志の防火設備】 消火器4本、火災報知器、自動通報装置、スプリンクラー

## 3月の予定

- ★ 2日 介護相談員来訪
- ★ 3日 桃の節句
- ★ 8日 上野デンタルクリニック訪問歯科  
避難訓練
- ★ 12日 運営推進会議
- ★ 14日 ホワイトデー
- ★ 20日 春分の日 …… おはぎ作り

## お知らせ

※ 3月12日13時30分から運営推進会議を開催します。多くのご家族のご出席をお待ちしています。

※ 感染症予防のため、ホームにお越しの際とお帰りの際は、手指の消毒をお願いします。玄関に消毒液を用意しています。

※ グループホームすぎの子石志ではよりよいホーム作りのため、皆様のご意見・ご要望をお待ちしています。

担当：古瀬・高橋