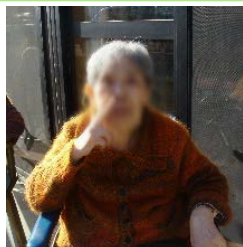
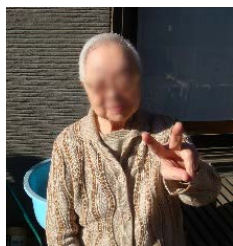


ふれあい

第14回
グループホーム北本

平成26年3月

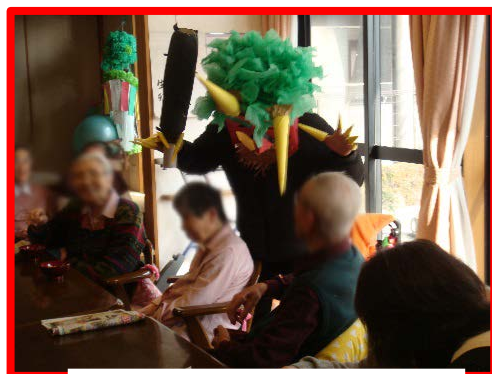


3月に入り、だんだんと暖かな日が多くなってまいりました。
庭先での日向ぼっこが気持ちいい～。笑顔でピース3連写！

～2月・3月の様子～

～節分～

2月は、ホームにて節分の豆まきを行いました。
豆まきのあと、豆を使ったお茶を作り、みなさん
美味しく召し上がりました。福茶と呼ばれるお茶
で、健康にご利益があるそうです。



鬼は～そと！福は～うち！

～雛祭り見学～

毎年恒例の鴻巣市びっくり雛祭りの
見学へ今年も行ってきました。
展示されている雛壇を見上げて、
「大きいねえー！」「何段あるの？」
と、皆さん驚かれておりました。

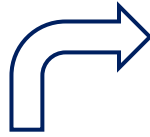


～ボランティア～

友&遊さんによるお琴や紙芝居、読み聞かせなどをみなさん楽しまれました。次回4月に来て下さる予定です。



第44回 運営推進委員会



平成26年2/18に開催されました。

- ① インフルエンザ・ノロウイルス対策について
- ② 夜間想定避難訓練の結果について
- ③ 消費税に関する値上げについて
- ④ ホームからの諸報告

※次回会議は平成26年4月16日(水)

13:30~

お誕生日



3月に誕生日を迎えられました。
お誕生日おめでとうございます！



- ① 施設にて衛生委員会を設けており、委員会で集めた資料や本社からの資料・指示の下、話し合いを行っています。また、その結果を回覧し一人一人に確認のサインをしてもらうといった体制をとって対策をしています。
- ② 2/14に夜間想定避難訓練を行いました。通報がスムーズにいかなかったことや、非常口の開放を忘れていたことなど、色々な反省が見つかりました。今後も訓練を重ねていきます。
- ③ 介護保険の自己負担額に関して、要介護3の利用者様で1日3円程度増える計算になります。それに関する同意書を家族様宛てに送りますので、署名、捺印をよろしくお願いいたします。
- ④ 施設状況。利用者数17名満床、ショートステイ稼働率77.4%
また、4月の行事としてお花見を予定しています。



～今年の花粉症～

そろそろ春の足音が聞こえてくるこの季節。となれば、あの季節ですね。そう、花粉症です。アレルギーの人は本当に毎年悩まされるこの花粉ですが、今年はPM2.5の影響もあり例年より危険度が増している可能性もあるようです。

花粉症は放置してもよくなることはなく、治療と予防が必要です。放っておくと次第に症状は悪化してしまいます。また、年齢とともに免疫力も徐々に低下するので、放置は禁物といえるでしょう。症状が出たら、自己判断せずに原因は何かを専門医にきちんと診断してもらうことが大事です。

また、花粉症対策としては、

- ・ ツルツル素材のアウターなどで花粉を付着させない
- ・ 今年はより細かい粒子のマスク選びを
- ・ 甘い物、炭水化物の食べ方を工夫する
- ・ 免疫力を上げるためにタンパク質を食べる などが挙げられるそうです。

しっかりと対策をして、今年の花粉症を乗り切りましょう！

<編集後記>

ようやく春らしい暖かさを感じるようになってきた今日この頃、皆様いかがお過ごしでしょうか。遠くにお出かけする機会も増えてくる季節かと思えます。ホームでも、花粉やその時の天候、気温への対策をしつつ、お散歩や外食の機会を作って、利用者様に春の季節を感じて過ごしていただければと思っております。

長澤