

第 59 号 ほほえみ

社会福祉法人 三 恵 会
特別養護老人ホーム

ハートランド三恵

介護老人福祉施設・短期入所生活介護事業所
通所介護事業所・介護予防短期入所生活介護事業所
介護予防通所介護事業所・指定居宅介護支援事業所
ハートランド三恵と手をつなぐ会
〒792-0050 新居浜市萩生17番地
TEL0897-40-0006 FAX0897-40-0007
<http://www.heartland.sankeikai.com>
E-mail:jimu@heartland.sankeikai.com

手作りの 愛あるホームで咲かそう みんなの笑顔

第22回「ハートランド三恵と手をつなぐ会」総会開催

平成25年4月21日



ハートランド三恵の創設以来、陰になり日向になりながら当施設を支えて下さっている「ハートランド三恵と手をつなぐ会」の22回目の総会が先日開催されました。

20年を越えて温かいご支援を続けて下さっている皆様や、新しく入会されてこれからを共に歩んで下さろうとしている皆様に対し、感謝の気持ちでいっぱいです。今後ともよろしくお願い致します。

第14回「ハートランド三恵家族会」総会開催



「ハートランド三恵家族会」の会員様方にお集まりいただき、14回目となる家族会総会がとり行われました。今回は各ユニットごとに遠足を行う等の新しい事業の決定がなされ、有意義な会になりました。入所者の皆様にとって、家族とのつながりは大切な絆の一つです。そのご家族の信頼に応えられるよう、職員全員で一致団結して頑張っています。

おかげさまで40周年

私たちは、まあるい心でみんなが笑顔を目指します。

デ イ サ ー ビ ス コ ー ナ ー



青木先生の体操は元気が
もらえます



手作り防災頭巾を被る日
が来ませんように



ハギレでおひな様ができ
ました



河川敷の桜です



千本ボタンで有名な小松
法安寺の住職さんとも
ふれあいました



『くるくるごら焼き』を
美味しく作りました



ショッピングは百円均一
が最高!!



稲見先生のように習字
美人になりたいです



お花見用にみんなで桜の花を咲かせました



M・E 様

■大正15年11月11日生 86才
■入所日 平成24年12月28日



入居され半年が過ぎました。すっかり園生活にも慣れ、机拭きやおしぼりたたみなど、たくさんお手伝いして下さいます。壁から顔を出し「ばあー！」と言われ笑わせて下さったりと、周りを楽しませて下さいます。これからも、楽しく過ごして下さい。

小野 留吉 様

■昭和3年12月8日生 84才
■入所日 平成25年3月11日



小野さんは読書が好きで、移動図書で借りてきた本を読まれ、ゆっくりと過ごされています。普段はおとなしいですが、先日ゴーヤの種を植える作業では「これだったら3つくらいでよかる」と積極的にお手伝いして下さいました。

呼石アサノ 様

■大正7年9月10日生 94才
■入所日 平成24年4月25日



川柳・毛糸編み・パソコン等、多彩な趣味をもっておられた、しっかり者。日中ウトウトと眠られることもありませんが、一度お話されると昔のいろんな事をお話して下さい、楽しいお

ばあちゃんです。

岡部 三親 様

■大正14年10月3日生 87才
■入所日 平成25年5月29日



入居間もないですが、楽しいお話でみなさんを楽しませて下さいます。日中は居眠りされたりテレビを見たり、近くの利用者さんとお話されたり、のんびり過ごされています。これからよろしくお願ひします。

星加シゲミ 様

■大正4年4月20日生 98才
■入所日 平成25年6月3日



入所されて日が浅いですが、デイルームで皆と楽しくお食事されています。御自分の意志もはっきりされていて、お茶も自分で飲まれています。もうすぐ百歳が来ます。元気に百歳を迎えられるよう応援して下さい。よろしくお願ひします。

新人職員紹介

氏名 ①星 座
②趣味or好きなもの
③ひと言



①おとめ座
②キスマイ 玉森君

③人見知り、あまりしないほうですが…よろしくお願ひします。



①おうし座
②音楽をきくこと

③ハートランドは皆さん気さくでアットホームな施設です。私もハートランド三恵の一員として皆さんと一緒に明るく元気に笑顔で過ごしてゆきたいと思っています。よろしくお願ひします。



①さそり座
②から揚げ

③未熟な私ですが、未長くお願ひします。



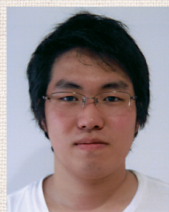
①かに座
②温泉

③頑張ります。よろしくお願ひします。



①おひつじ座
②ワサビ・ネギ

③努力を怠らず前進します。よろしくお願ひします。



①ふたご座
②読書

③働くという事はしんどいことですが、頑張っていきたいです。



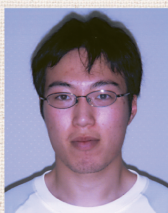
①ふたご座
②読書

③思いやりの気持ち、感謝する心をもって仕事をしたいです。丁寧でおいしい食事を食べてもらえるように頑張ります。



①やぎ座
②美味しい物を食べる事

③まだまだ何も分かりませんが、一生懸命がんばりますので、よろしくお願ひします。



①やぎ座
②読書・昼寝

③笑顔を大切に、いつもがんばります!!大きな声で元気なあいさつ。よろしくお願ひします。



北館だより



なかよし喫茶&カラオケ紹介

北館では毎週日曜日午後15時頃より、なかよし喫茶&カラオケをしています。なかよし喫茶では、ボランティアの方が来て下さり、コーヒーとおやつが出ます。歌が好きな方がたくさんいるので、喫茶の準備中や、コーヒーを飲みながら、歌を聞いたり歌ったりして楽しんでいます。

南館だより



南館では月に数回、利用者の方に楽しんでいただけるレクリエーションを実施しています。わなげや風せんぱー等、体を動かす事や、おいしいおやつを作ったりしています。レクリエーション中には、利用者の応援やアドバイスの声がよく聞かれ、皆さん協力して一生懸命取り組まれています。植物の好きな利用者もたくさんいるので、皆で植物の世話をして楽しまれたりもしています。

医務室だより

はじめに脱水症と聞いたとき、どのようなイメージが浮かびますか。

炎天下の運動場、屋外の肉体労働など真夏特有のしかも限られた条件の中で起こる症状だと思っている方も多いのではないのでしょうか。

しかし、体の発達が未熟な乳幼児・体力の衰えた高齢者にとっては、日常生活の中でいつでも起こりうるのです。

脱水症

・脱水症と治療

脱水症とは、体液の不足した状態をいい、体液に含まれるものには水分と電解質があります。体の水分だけでなく、ナトリウムやカリウムといった塩分(イオン)も同時に失ってしまい、そこで、脱水症状になると、病院では点滴で失った水分やイオンを血管に直接入れて補給しています。

(経口補水療法)

いまでは、軽度～中程度の脱水症には、口からイオンがはいった水を飲ませる経口補水療法が一般的になり、「飲む点滴」とも呼ばれています。

スポーツドリンクとの違い…

経口補水療法に使う水「経口補水液」(ORS)は、吸収を良くするために、スポーツドリンクとは逆に、ナトリウムの濃度を少し上げ、ブドウ糖などの糖度を低めにしています。

・高齢者

高齢者の場合、脱水症状を引き起こしているとき、症状が無くても心筋梗塞を起こしていることは珍しくありません。

まずは脱水症状をチェックしましょう

1. a. ノドの渇きを強く感じる
b. 尿の量が減った
c. 夏でもワキの下が乾燥している
そこで、舌をチェック。乾燥していると脱水と判断しましょう
d. 便秘しがちである
2. a. 皮膚がカサカサしてきた
b. 口のなかが渇く
c. 立ちくらみがある
d. ツメを押したときの白化がみられない
3. a. 食欲が低下してきた
b. 目が落ちくぼんできた
c. 泣いているのに涙がでない(乳児の場合)
4. a. 頭痛・めまいがする
b. 強い脱力感がある
c. 意識がもうろうとしてきた

〈予防ポイント〉

1. 水分を少量にわけて1日2ℓ以上を目標にして、定期的に補給しましょう。
2. 就眠前、起床時、入浴の前後、運動の前後、運動中には水分補給しましょう。
3. 高齢者の場合、飲料だけで補うのは難しく、水分量の多い食事でも心がけましょう。
4. 水だけでなく、電解質を含んだスポーツドリンクや野菜ジュースなどで、こまめに栄養と水分補給しましょう。

おわりに、脱水症を正しく理解して厳しい暑さを乗り切り秋へgo!!

行事予定

7月 夕涼み会

8月 夏祭り

9月 敬老会・観月会



あとがき

今年は、梅雨入りが早かったですが、あまり雨の降らない「カラ梅雨」になりそうだと天気予報のニュースで言っていました。ただ、雨は降りませんがじめっとした湿気は多く、晴れているのに何かスッキリしない天気です。こういう高温多湿の時にカビや細菌が増えやすく、食中毒も多くなります。ですので、手洗いを必ず行い、食事は作ったらずすぐ食べて残った物は外に置かずラップやフタ付きの容器に入れて冷蔵庫に保管する等して下さい。ただし冷蔵庫を過信するのもあまり良くないので、残った物や買い物した食材は早目に食べるなり、処分するなりして頂ければと思います。