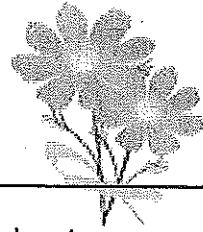
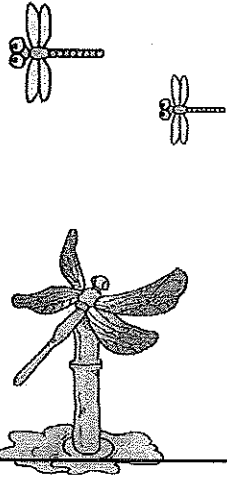


犬山白寿苑だより



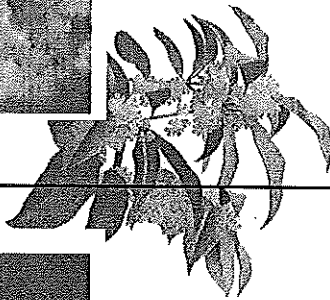
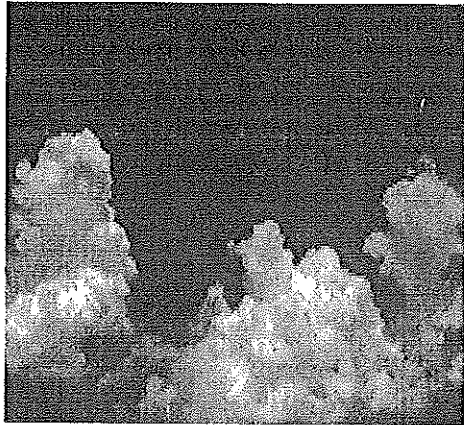
立秋とは名ばかりで残暑厳しい中、毎年恒例の白寿苑の夏祭りも無事終わりました。
暦の上ではすでに秋ですが、まだまだ暑い日が続きますが、朝夕は少しずつ涼しくなってきました。

立秋（八月八日頃）から秋分（九月二三日頃）の間の暑さを「残暑」と呼びます。八月の夏休み真っ盛りの頃の暑さなので、「残暑」といっても「真夏日」や「熱帯夜」が続く本格的な暑さです。



立秋とは、二十四節気の一つ。太陽黄経が二三五度のときで、初めて秋の気配が表われてくるころとされています。

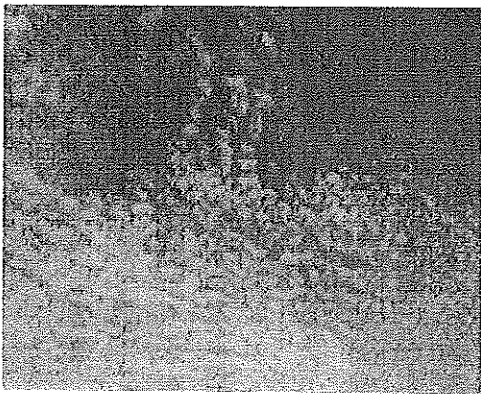
二十四節気は約二六〇〇年前の中国の黄河地方の気候に基づき作られた暦であるため、実際の日本の気候とは多少のずれが生じています。



正岡子規に『夏雲は岩の如く、秋雲は砂の如く』とありますが、夏から秋への序曲を空の変化からみています。

普段、夏に見る雲は垂直に発達するのが特徴です。その代表的な雲は入道雲で、熱い太陽に熱せられた地面から激しい上昇気流が起こり、大きな雷雲を作ります。

これに対して、秋の雲は水平方向の雲が特徴で、水平に流れるような雲が多く、ほとんど低気圧が接近したときに見える雲です。



葦簾

今年の夏もとても暑い日が続きました。暑い夏を乗り切つて頂くために、過ごしやすい環境作りとして、夏に入る前に居室のベランダに葦簾を設置しました。葦簾を室外に立てかけることにより、窓から入る日射しを遮断し、熱の侵入を防ぎ、室内に入る熱を少しでも抑えることができました。

カーテンで良いのでは？と思われるかもしれませんが、カーテンは室内に設置してあるため熱を室内に発してしまうのです。それに対して葦簾は室外に設置するため余計な熱が室内に入らないのです。

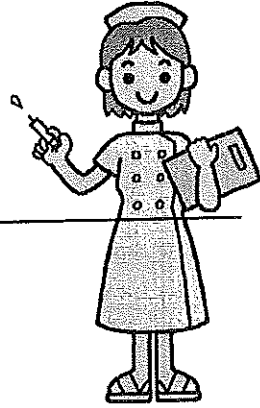
夏の風物詩でもある葦簾と冷房を使い、快適且つ夏らしい居住空間が作れたのではと思います。

涼しく過ごしやすい季節になるまで、引き続きこの方法で暑さ対策を行っていききたいと思えます。

そしてこれからも季節に合わせて住みよい環境作りをしていきたいと思えます。

医務室便り

秋燥しゅうそうって？



七、八月の過酷な程の蒸し暑い日々を経て、「夏バテ」を起こしているところへ、立秋を過ぎても残暑が続く中、初秋の涼しさを運ぶ空気の乾燥と残暑の余熱とが結びついて、身体を潤す体液が最も傷つく季節となりま

す。次第に乾燥し始め、夏バテの影響を残しながら水分不足が進み、ほてりや鼻・皮膚の乾燥、口が渇く、空咳などが出てきます。これを「秋燥」と言われます。

疲れて喋りたくない、体がだるい、疲れがとれない、多汗、食欲不振、やせる、イライラ、口が渇く、ときに下痢といった残暑による体調の疲れに、体がだるく熱感、口の渇き、鼻・唇・喉・皮膚などの乾燥、髪がパサパサ、大便が乾燥、ときに空咳、発熱は秋燥の症状の表れです。

これらの対策として

・規則正しい生活を送る。(早寝・早起き)

・充分な睡眠をとる。

・水分の補給に心がける(カフェイン飲料、アルコール類は、

逆に体を乾かします)

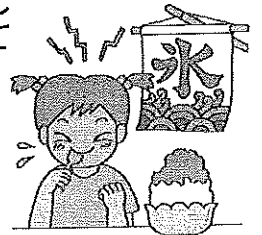
・潤い作用のあるものを多めに摂る(梨・レンコン・豆腐など・・・)

・バランスの良い食事で栄養を充分に摂取する。

・羽織るものを持ち歩き、体温を上手に調節する。

・皮膚の保湿に心がける。

これからは食べ物がおいしくなる季節です。弱った胃腸の働きを改善し、「食欲の秋」を満喫しましょう。



かき氷づくり

Dユニットにてかき氷、くりを行ないました。利用の様も慣れない手つきでかき氷器と格闘しながら氷を削っていたきました。

興味津々で見ている方や、「昔はやった事あるけど、最近こんなことしてないから懐かしいわ」と言ってお下さる方もあり、メロン・イチゴ・あずき等と自分の好みでシロップをかけ、トッピングを

楽しみ、召し上がって頂くことができました。

この日は、暑い日という事もあり、皆様美味しそうに召し上がられました。利用者様同士で

「あんたは何味？」

「私はあずきやお

よ」

「今度はイチゴ味食べたいからまたやってよ！」

と好評でした。

来年の夏にも、またかき氷作りを行ないましょう。

花火大会

よい夕暮れ時、寿考館Eユニットで花火大会を行いました。

夕食の片付けも終え、六時半頃から移動し、濠觴館の食堂横のスペースに利用者さんの車椅子や椅子で半円に囲み、花火大会が始まりました。

まずは、利用者さんに手持ち花火を持っていただき、職員が火をつけて回ります。火の粉がかからないようにと恐る恐るの方、あの人はまだやっていないよと他の利用者さんを気遣う方、さっきのよりきれいだと言

う満足げな方、皆さんそれぞれ楽しんでおられました。

次は、地面に置いて噴き上げるダイブの花火です。風があつたため少し流されましたが、色とりどりの花火に少しスリルを感じながら、利用者さんも職員も大いに盛り上がりました。パチパチとはじける花火よりも、いつもにない利用者さん達の楽しそうな笑顔がとても嬉しいひとときでした。

「来月も、またやろう！」

秋の味覚を楽しみましょう

秋の味覚を楽しみましょう

秋の味覚を楽しみましょう

秋の味覚を楽しみましょう

秋の味覚を楽しみましょう

秋の味覚を楽しみましょう

秋の味覚を楽しみましょう

秋の味覚を楽しみましょう

秋の味覚を楽しみましょう

秋の味覚を楽しみましょう

濫觴館便り



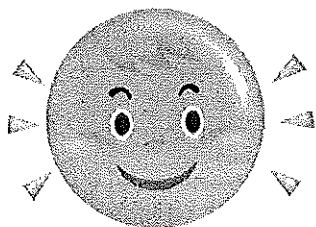
連日暑い日が続いていましたが、皆さんいかがお過ごしでしょうか？

八月には、テレビや新聞等で暑さのため熱中症で倒れたという話をよく聞きました。

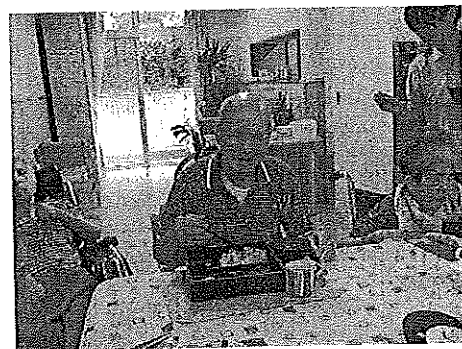
特に高齢者の方は体内の水分量が減少し、熱中症にかかりやすいといわれています。

苑内では、食事の時の水分だけでは足りないので職員がこまめに声かけをして水分補給を行っています。みなさんコーヒー、紅茶、ジュース、ゼリー等好みにあわせてとてもおいしく飲んでいただいています。

高齢者の方はのどの渇きを感じにくくなり、あまり水分を飲みながら熱中症や脱水になりやすいといわれています。暑い日を利用者のみなさんが何事もなくのりきるのに少しでも役に立てればと思っています。



Happy Birthday



お誕生日会

寿考館では、誕生日に利用者様が好きな場所や、食べたいものなど利用者様一人ひとりの要望に応えられるように取り組んでおります。

今回のBユニットのバースデープランでは、利用者様の「好きな物が食べたい」という要望があったため、誕生日の利用者様には好きな料理を出前で取り、その他の利用者様にも、お寿司を取り食べていただきました。

今回のバースデープランでは、誕生日の利用者様も、その他の利用者様もとても美味しそうに食べられ喜んで頂けました。

Cユニットでは、バースデープランにてわらび餅を作り食べて頂きました。これからも利用者様が喜んで頂けるような行事を行っていききたいです。

デイサービスの部屋便り

うだるような暑い日が続く毎日の中、利用者さんと過ごすデイサービスに先日、楽田小学校の生徒さんが夏休みの福祉体験として来てくれました。

「何か私たちに出来る事はないですか？」と元気よく声をかけてくれたので、今、取り組んでいる折り紙を利用者さんと一緒に作る作業をお願いしました。

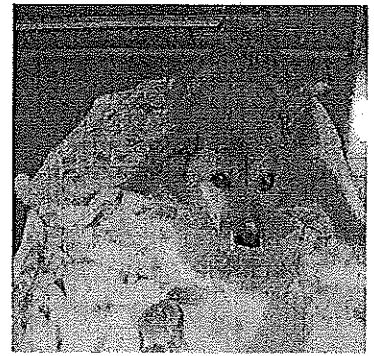
一生懸命に作っている姿を見て、見ている利用者さん何人かが「私もやってみようかな」と折り紙の輪に加わり、会話も作業も和やかでした。その日の午後からも、一緒に唱歌を唄い、的当てゲームをしたりと大変な盛り上がりでした。

「やっぱり子供がいると楽しいわね」「賑やかでいいね」という声があちこちから上がりました。

普段「まあ、やりたくない」「寝とったほうがええわ」と言ってみえる利用者さん方の表情がとても明るかったのは、若い息吹とエネルギーに触れ合えたからだと思った夏の一日でした。



ハナちゃんの思い出!



白寿苑にはハナちゃんという雑種犬がいました。

ハナちゃんは迷い犬として白寿苑に来たそうです。私が入社したときには、白寿苑の一員としていました。ハナちゃんは利用者にはもちろんのこと、職員、実習生、利用者の家族の皆さんからとても愛されていました。

私も動物が大好きで出勤の度にハナちゃんに癒されていました。

そんなハナちゃんが先日、息をひきとりました。とても悲しいことでした。

長い間、白寿苑で色んな時間を過ごし、皆さんの癒し犬でもあったハナちゃん。本当にありがとうございました。どうか安らかに...

遊びに来てね



名古屋港水族館へ行ってきました。

入館してすぐ、大きなイルカの水槽があり、太陽の光で水がキラキラと光ってとても美しく、涼しさを感じました。

お昼ご飯は、好きなメニューを選んで頂いたところ、オムライスが人気で、

『おいしい』と笑顔で召し上がっていました。

その後、イルカショーを見ました。イルカの鳴き声や勢よくジャンプする姿に、『わあ〜!』と、声援と拍手がおこり、とても喜ばれました。いつもより明るい利用者様の姿をみて、私達も嬉しく元氣をもらいました。

白寿苑では利用者様に毎日楽しく過ごして頂けるよう、一年を通して色々なイベント行事を企画しています。これからも利用者様の笑顔がたくさん見られるように頑張りたいと思います。

九月予定行事

九月一日 楽田婦人会奉仕活動様

九月六日 さわやかギター様

九月八日 御詠歌

九月八日 床屋さん【濫・尚】

九月一五日 創立記念日

敬老会

九月一六日 歌と踊りの花しるべ様

美容院

九月一七日

犬山南部中学職場体験学習

九月一八日 オカリナ演奏【尚】

九月二四日 床屋さん【寿】

九月三〇日 避難訓練

音楽療法・・・九月三・二〇日

雅鳥慰問・・・九月三・一七日

川柳教室・・・九月五・一九日

嘱託医往診・・・毎週水曜日

マッサージ往診・・・

毎週月・水・金曜日

菓子販売・・・【濫】毎週火曜日

【尚】毎週金曜日

今月の川柳

なにごと

かんしゃかんしゃで
とおるみち

作 了 様

〒484-0000 愛知県犬山市字洞田 30 番地 1

(ナーシングホーム・ショートステイ・デイサービス)

TEL : 0568-67-6699

(ケアマネージメント・在宅介護支援・地域包括支援)

TEL : 0568-67-6684

(全事業所共通)

FAX : 0568-67-8910

E-mail : hakujuen@vega.ocn.ne.jp

HP : http://www.Seirinkan.ed.jp/hakujuen/index.html

ナーシングホーム(特養)犬山白寿苑

デイサービスセンター犬山白寿苑

在宅介護支援センター
犬山白寿苑

敬愛
犬山白寿苑

地域包括支援センター
楽田地区サブセンター

犬山白寿苑 ショートステイ

犬山白寿苑 ケアマネージメントセンター