



発行
社会福祉法人松樹会

社会福祉法人 松樹会



松樹会だより



平成25年
7月号

発行責任者 岡田
編集 山田

暑中お見舞い申し上げます

暑さが厳しくなってきましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか。皆様におかれましても暑い夏に負けずお身体を大切に、ご自愛いただきますようお願いいたします。

社会福祉法人松樹会

理事長 中村 猛

*特別養護老人ホームいこの里

*デイサービスセンターいこの里

施設長・管理者 中村 敏子

*ケアハウスつくしんぼ長尾

*デイサービスセンター長尾

施設長・管理者 梶河 英司

*福祉移送サービス(有償運送事業)

運行管理責任者 梶河 英司

*ケアハウスつくしんぼ藤阪

施設長 三枝 悟

*グループホームたんぽぽ藤阪

管理者 竹之内 真一

*グループホームたんぽぽ田口

管理者 中島 亜矢子

*居宅介護支援センターつくしんぼ

管理者 竹重 直子

省エネの取組み

平成25年度省エネルギー計画を策定し、各施設では様々な取組みを行います。各施設の取組みにご協力をお願いします。

特養いこの里では

- *エアコンは必要以上につけない。
- *窓を開けて暑い空気が溜まらないようにする。
- *LED照明の設置の検討 など。確実に実践する事を各職員へ周知徹底しています。

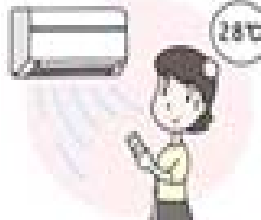
グループホームたんぽぽ田口では、

- *エアコン設定温度28℃
- *無駄な電気を消す など。当たり前のことをきちんと行います。



つくしんぼ藤阪・たんぽぽ藤阪では、

- *エアコンに頼らずに自然な外気と扇風機の活用
- * unnecessary電力使用は「無駄な電気」として掲示 などを行っています。



つくしんぼ長尾では、

- *エアコン設定温度28℃
- *無駄な電気を消す
- *廊下西側にブラインド設置
- *各居室にすだれ取付治具の設置 などを行っています。

無駄でしょ！

- ・人のいない場所での照明・エアコン
- ・聞いてもない音楽
- ・見てもないテレビ
- 「～かもしれない」というお節介



(つくしんぼ長尾ロビーに金魚・フグ風船と金魚バチを飾っています。)

ケアハウスつくしんぼ長尾

【与望体操教室開催】

つくしんぼ長尾では6月の毎木曜日4回シリーズで介護予防の体操を実施しました。名づけて「与望体操教室」、高齢者元気はつらつ健康づくり事業として、主催は高齢者サポートセンターあおぞらと枚方市高齢社会室です。健康運動指導士、岡本猛先生のもと、つくしんぼ長尾の入居者様7名、地域の方8名が「与望体操教室」を受講されました。岡本先生は、「ただ散歩で歩いているだけでは運動にはならない。鍛えているところを意識して筋力をつけるよう、毎日の積み重ねが大切です。」とおっしゃっていました。



みなさん、自分に合った毎日の体操の目標をそれぞれ設定し、その目標を実行されています。継続は力なり!!

(生活相談員 石川 真理子)

無理なく楽しんでする運動

熱中症に注意!!

熱中症の予防法

熱中症の予防には「水分補給」と「暑さを避けること」が大切です!!

水分・塩分の補給

- こまめな水分・塩分の補給



熱中症になりにくい室内環境

- 扇風機やエアコンを使った温度調整
- 室温が上がりにくい環境の確保 (こまめな換気、遮光カーテン、すだれ、打水など)

体調に合わせた対策

- 通気性の良い、吸湿・速乾の衣服着用
- こまめな体温測定 など

外出時の注意

- 日傘や帽子の着用
- 日陰の利用、こまめな休憩
- 通気性の良い、吸湿・速乾の衣服着用 など



スクワット運動

片足横上げ運動



花だより

いこいの里の庭の片隅に、ひっそりと咲いていました。白い花々の中に控え目に可憐なピンクをまとっていました。名前は何だろうか? ケアマネの山本さんが調べて下さいました、『下野草』(しもつけそう)というそうです。



(特別養護老人ホームいこいの里 山田 篤志)

7月の主な行事予定

- ・デイサービスセンターいこいの里 音楽リフレッシュ
- ・七夕 1日(月)
- ・七夕 2日(火)・3日(水)

- ・ケアハウスつくしんぼ長尾
- ・つくしんぼカフェ 20日(土)

- ・デイサービスセンター長尾
- ・七夕 4日(木)

- ・ケアハウスつくしんぼ藤阪
- ・七夕 7日(日)
- ・風鈴作り 16日(火)

- ・グループホームたんぼ藤阪
- ・七夕 7日(日)
- ・流しそうめん 20日(土)

- ・グループホームたんぼ田口
- ・流しそうめん 21日(日)