

迎春



ときわの杜 施設長 奥山裕子

新年明けましておめでとうございます。旧年中は多くのご厚情を賜り、ありがとうございます。本年も変わらぬご支援をお願い申し上げます。

ときわの杜は、昨年十月一日に開設五年を迎えました。オープン以来、ご利用者様・ご家族様及び地域の方々に支えられてきましたことを、改めて感謝申し上げます。

また、八月には空床型ショートステイを開始し、より地域のお役に立てるようにと、居宅介護支援事業もスタートしています。まだまだ若い事業所であるため、ご不便をおかけすることもあるかと思いますが、ご利用される皆様が、お元気でより幸せに過ごされることを目指して活動していきます。是非皆様のお力添えをお願いいたします。

今年も職員一同、より温かい環境づくりに励み、より良いケアを提供できるよう精進して参ります。どうぞよろしくお願い致します。

杜のキッチン

去年はたくさんの「おいしい」が聞けてとても嬉しい1年でした。これからも皆様に喜んで頂ける食事を作っていきたいと思います。

正月
行事食



たまごとポテトサラダの
サンドウィッチは
大好評でした！

クリスマス メニュー

おやつは豆腐入りの
ココアケーキを
作りました

朝食は具沢山の雑煮
昼食はおせち詰め合わせを
提供しました

ソフト食も
一食ずつ
作って盛り
付けます

ワンポイント介護術

寒い時期になると注目される『ヒートショック』という症状を聞いた事がありますか？
とっても怖い『ヒートショック』についてのワンポイント介護術を知り、体調変化に備えていきましょ

ヒートショックとは・・・
血圧の急な変動によって心筋梗塞
や脳梗塞等を引き起こす事



10度以上の
温度差には
要注意！！

↓条件に当て
はまる方は
特にご注意ください！

予防策

- * お風呂の温度を41度以下にする。
- * 入浴前に浴室にお湯をかける、
又はお風呂のふたを開けて浴室
内を温めておく。
- * 脱衣室を暖房で温めておく。

- ・高血圧、糖尿病、動脈硬化などの疾病をもっている
- ・肥満気味
- ・不整脈が起こる事がある
- ・自宅の浴室に暖房設備がない
- ・一番風呂が好き
- ・熱いお風呂が好き
- ・お酒を飲んでからお風呂に入る事がある

ときわの杜では脱衣室に小型の電気ストーブ
を設置したり、大きな浴槽には暖房を入れて、
入浴前に全体を温めています！



皆様も快適な
お風呂タイムを★

鍋パーティー



具材を切るところから始めました。
「昔を思い出したわ」と、みなさん
積極的に参加されていました。



外出しク



お寿司やうどんを
みなさん笑顔で
召し上がっていました。

風が冷たくて
寒いニャー...



おいしいね、という感想をた
くさんいただき、帰りの車内
では満足げに眠そうな方の
姿も...。
木の葉もほどよく色づいて
おり、秋を感じることができ
たお出かけでした。



鏡餅作り



腰の入った見事な手つきで
餅がどんどん丸められていきま



とっても
きれいに
まあるく
できました！



お参り



ユニット内になんとも立派なお手製の神社が出現！
みなさんの初詣を請け負います！



鈴を鳴らしてから
二礼
二拍手
一礼
真剣な表情で手を
合わせている方が
多かったです。
今年もいい年に
なりますように！

