

ふれあい広場

グループホーム 明照だより

4日～初詣
7日～お誕生会
10日～お鏡開き
15日～新年会
17日～防災訓練
18日～地域交流
22日～調理教室
27日～交流会

※毎週月曜日～健康管理の日
※第1・第3月曜日～美化の日



グループホームでの皆様のご様子(屋内外活動・作品作り)



12月に入り、気候が段々と寒さが増してきましたが寒さに負けずに屋内外の活動を楽しまれていた様子でした。12月は佐藤様のご家族のご協力で自宅のスイートスプリングやきんかんを収穫させて頂きました。甘くて何だか懐かしい味がしました。皆様も大変喜ばれていた様子でした。また、25日には餅つき・大掃除・クリスマス会をご家族と一緒に賑やかに楽しくさせて頂きました。大掃除が終わりピカピカになったグループホームで新しい年を迎える事に皆様も喜ばれていた様子でした。ご家族の皆様本当にありがとうございました。

保健だより

冬の健康管理では血圧に注意すべし！
冬の健康管理では血圧にも注意が必要です。日ごろから血圧が高めな方は、特にご注意ください。まず、なぜ冬場は血圧に注意が必要なのかということについてですが、これは冬の寒さと関係があります。血圧は血管の状態と深い関わりがあり、血管は気温が低いと縮まってしまう性質を持っています。そうすると、普段より縮まった血管の中を血液が通っていくことになり、結果、血圧が高くなってしまいます。このように寒さによって血圧が高くなると、脳出血などが起こりやすくなります。これを防ぐためには、体が急激に冷えたりしないように気を配ることが大切です。体が冷えないように服を着込み厚着になると体が動きにくくなるので、転倒にも注意が必要になってきます。最近では保温性の高い肌着や衣服が多く出ており厚着をしなくてもあたたかく過ごす事ができるようになっています。

共用型 認知症対応型デイ開設！ 平成29年1月～
活動内容～認知症によって生活に支障がある方が、グループホーム利用者と一緒に家庭的な雰囲気の中で日常生活に必要な活動を職員と一緒に進めます。また、様々な活動を通して認知症の進行予防や安心安全な生活が住み慣れた地域で営み続けられるよう必要な支援をおこなってまいります。
利用条件～宮崎市に在住され介護保険申請をされている方で、認定区分が要介護1～5の方が対象となります。
営業日～365日(年末年始も営業)サービス提供時間：9:00～18:00(柔軟にお応えします)昼食・夕食の提供をさせていただきます。※泊り支援は行えません
利用定員～3名(1日)