

グループホーム 明照便り



2月の入居者様のイベントや活躍

『節分』

明照保育園から今年も鬼がやってきました。皆さん大喜び!!「鬼は内、福は外」(笑)



『家族行動行事』 山椒茶屋(高鍋)

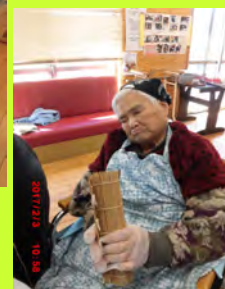
皆さんのリクエストで「温かい物が食べたい。」からご家族と一緒に高鍋町の山椒茶屋で温かいうどんやお蕎麦を食べに行きました。大きな水車に皆さんの感動がありました。



『調理教室』

恵方巻き

節分に皆さんと一緒に大きな恵方巻きを作りました。願いを込めて食べられました。



保健だより

花粉症について

毎年春が近づくと、多くの人々を悩ませるのが「花粉症」ですよね。今年春の飛散予測では、「前シーズンに比べ今年は、九州・四国・近畿・東海地方で非常に多く飛散する見込み」と発表されています。

そもそも「花粉症」ってなに？

花粉症とは「季節性アレルギー性鼻炎」と呼ばれるもので、空気中に浮遊するスギやヒノキなどの花粉が主な原因です。それらが目や鼻の粘膜から体内に入ることによって起こるアレルギー反応をいいます。

花粉症は、以下2段階を経ることで初めて発症します。

〔1〕花粉(アレルゲン)に対しての抗体が一定量以上体内に蓄積〔2〕さらに一定量以上の花粉が体内に侵入体内で花粉症の発症のための準備が着々と進んでいた結果によるものなのです。

「花粉症」にならないようにするには？

誰にでも花粉症が発症する可能性があります。現在花粉症を発症していない方は、そのまま発症させない工夫を施す・予防が大切だといえます。つまり、花粉を物理的にブロックして目や鼻の粘膜から体内に侵入させないことが重要です。具体的には、マスクやゴーグル、メガネなどをつける。空気清浄機を使う。静電気が発生しにくい素材の洋服を着る。帰宅時は、衣服を叩いて花粉を落としてから室内に入る。ベランダに布団を干す場合は、専用の布団カバーをつけるなどの対策をするとよいでしょう。

認知症対応型明顯サービスセンター

1月より開設させて頂いた認知症対応型明顯サービスもお陰様で本格的にサービスを利用して頂いている状況です。家庭的な雰囲気の中で調理やレクリエーションなど一緒に自分らしさを大切にさせて頂く支援を行わせて頂いています。また、認知症進行予防を目的とした専門的な認知症ケアの提供を目指していきます。*ご案内・ご詳細はご連絡いただければご説



3月の行事・外出のご案内

3/3～ひな祭り

女性にとって特別の日です。春の訪れと一緒にお祝いをさせていただきます。

3/5～鬼子母神大祭

毎年恒例の地域のお祭りです。お参りをし出店の散策も予定しています。

3/8～ひだまり2号館交流会

同法人内のサービスセンターとの交流会です。新しい出会いや馴染みの方との交流を楽しみにしています。

3/10～誕生会

地域のボランティア・ご家族をお招きして盛大にお祝いをさせていただきます。

3/15～地域こみゅかフェ

地域の方と今月はどんなお話や出会いがあるのか今から楽しみにしています。

3/24～ひだまり1号館との交流会

同法人内のサービスセンターとの交流です。

家庭的な雰囲気の中交流を楽しみます

3/31～外出行事・家族合同行事(西都原古墳群へお花見)

毎年恒例のお花見。今年もご家族と手作りお弁当を食べながら満開の桜を楽しみます。

毎週月曜日～健康管理の日 ドライブ外出

