

デイサービス

- 12月 クリスマス会
- 【毎月実施しているクラブ活動】
- ・陶芸 ・料理
 - ・茶道 ・書道
 - ・園芸 ・スポーツクラブ
 - ・音楽クラブ ・ほっとカフェ
 - ・お持ち帰りクラブ

ショートステイ

- | | |
|-------------------|------------------------|
| 12月 25日(日) クリスマス会 | ◆喫茶店 第3週 金曜日 |
| 20日~22日 柚子湯 | ◆居酒屋 第4週 金曜日 |
| 1月 4日(水) 新年会① | ◆はんどめいどクラブ(手芸) 第1週 金曜日 |
| 19日(木) 新年会② | ◆理美容 第1週 月曜日 |
| 2月 4日(土) 節分 | ※事前にご予約が必要です。 |
| 14日(火) バレンタインデー | |
| 3月 4日(土) ひな祭り | |
| 14日(火) ホワイトデー | |

❁ 冷え性について ❁

寒さが増してくると多くの人が悩まされるのが“冷え性”です。今回は冷え性の原因と予防法についてお伝えします。

冷え性の主な原因

- ①運動不足、姿勢が悪い ⇒ 血流を悪化させる
- ②室内の温度に慣れ過ぎる ⇒ 自律神経の乱れ体温調節機能が低下する
- ③食生活が乱れる ⇒ 血液循環を悪くさせる

冷え性の種類

- ・末端が冷える ⇒ 手足の先々まで血液が行き届いていないため冷える
- ・下半身が冷える ⇒ 骨盤の歪みや姿勢の悪さ等により血流が悪化している
- ・お腹が冷える ⇒ ストレス等によって自律神経異常が起こり、内臓の働きが低下する

○ 冷え性の予防・改善のために ○



日々の生活習慣を見直しなが、冷えない体づくりを心掛け、厳しい寒さを乗り切りましょう！！

【編集後記】

朝晩の冷え込みとともに、秋の深まりが感じられるようになってまいりました。辺りの木々もすっかり色付いて、紅葉が見頃になりましたね。紅葉は葉の変化する色によって様々な言い方があるそうです。赤は“紅葉”、黄色は“黄葉”、褐色は“褐葉”と言うそうです。さつき周辺の木々も鮮やかに彩られています。紅葉が美しいこの時期。何気ない日常の風景の中でも、色付く木々に目を向け、移ろいゆく季節を感じてみてはいかがでしょうか。

(K・A)

社会福祉法人ケアネット 特別養護老人ホーム さつき

〒243-0433 海老名市河原口1383 TEL 046-232-1318

発行責任者：小林 由貴子 編集：広報委員会

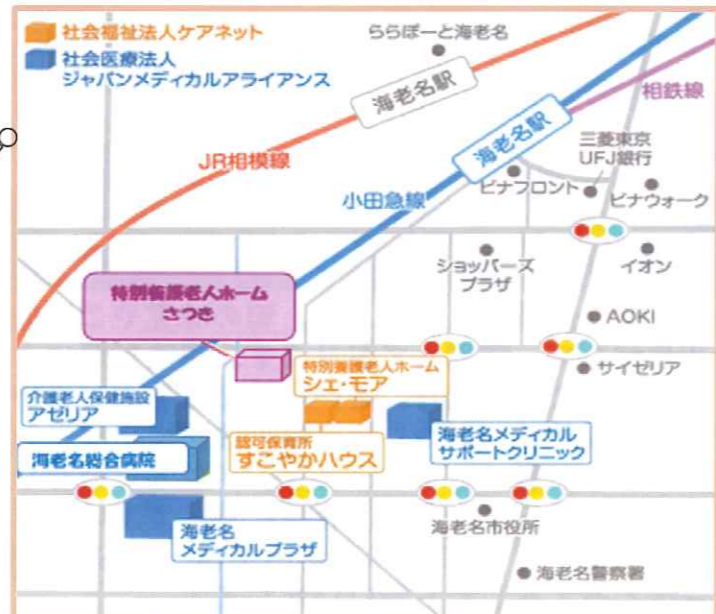
ケアネット さつき



求人情報や施設見学等、お問い合わせはホームページへ



さつき 使命「第二のわが家」
さ さつきらしいまごころと 確かな信念を持ち
つ 積み重ねてきた 時間と共に
き 気持ちに寄り添い ともに歩みます



さつき まごころ通信 第26号



冬が駆け足で近づいているようでございますが、皆様にはいよいよご清栄のこととお喜び申し上げます。日頃は格別のご厚情を賜り、心より感謝いたします。当施設では、毎年秋頃にさつき祭りを開催しておりましたが、今年度はコロナウイルス感染拡大を受け、それぞれの協力ユニット、通所にてさつき祭りを開催いたしました。お祭りのスタイルが変わりながらも、職員各々がご利用者様・入居者様に喜んで頂けるよう、一生懸命に出し物を工夫し、準備に励みました。当日は屋台のお食事を味わったり、ゲームコーナーに挑戦したりと、普段とは違った笑顔が見られ、久しぶりのお祭りの雰囲気喜んでいただけた様子でした。引き続き感染症防止対策に細心の注意を払いながら、職員一丸となってご利用者様・入居者様へのサービスの質の維持、向上に努めて参ります。今後ともご指導とお力添えを承りますよう、よろしくお願い申し上げます。



特別養護老人ホーム さつき 生活支援科 主任 吉澤 政宏



祝 百寿

加藤さと子様
榎田フジ様
おめでとうございます！

海老名市長からお祝い状と記念品が贈呈されました。ご家族様もお祝いに駆けつけてくださいました。心よりお喜び申し上げます。これからもどうぞ宜しくお願い致します。



健康支援科より

○お困りの方
いらっしゃいませんか？

- ・血糖の測定が必要
- ・インスリン使用中
- ・胃ろうからの栄養を行っている
- ・人工肛門を造設している
- ・痰の吸引が必要
- ・床ずれなどで褥瘡の処置が必要



ご入居・ショートステイのご利用も可能です！！

※状況・状態によっては、ご利用が難しい場合もございます。お問い合わせください

さつき健康支援科では、体調の変化を見逃さず、早期の治療・回復につなげられるよう、他職種の職員と連携を図っております。皆様お一人おひとりが、その人らしく健やかな日々を送れるよう、看護の視点でサポートさせていただきます。ご利用をお待ちしております♪



喫茶店

入居者様、ショートステイご利用者様に向けて、毎月第3金曜日に開催しております。季節感を大切に、甘すぎず、召し上がりやすいスイーツをご用意しております。懐かしのクリームソーダ、定番のブレンドコーヒーがご好評をいただいております。甘い物はたまに食べると癒されますよね。しっとり落ち着いた時間となれたら嬉しいです。皆様のご利用を心よりお待ちしております。



毎月開催しています！



毎月第1金曜日14:00~15:00に「はんどめいどクラブ」を開催しております。活動内容は、担当職員と参加を希望されたご利用者様と一緒に、毎月季節に合わせたテーマを決めて手作りの作品を作っています。完成品はお部屋に飾ったり、ユニット内に掲示してお楽しみいただいております。始めは作製に不安なご利用者様も完成品をご覧になり「よくできたね」と満足されている姿に、担当職員も「次はこれにしよう！」と励まされて準備をしています。

はんどめいど

ほっとカフェ

デイサービスでは「高級感、満足感、満腹感」をコンセプトに毎月開催をしております。お食事はもちろん、素敵な食器で楽しんで頂ける様こだわっております。お席にスイーツが運ばれると「みんな揃ったら食べよう」「美味しかった」「たくさん食べて良かった」というお声を頂いております。ご利用をお待ちしております。



ご利用お待ちしております！



毎月第4金曜日17時より、旬の味覚やご当地の料理をご用意して、開催しております。感染対策により居酒屋の会場へのご案内は月ごとに割り振りをさせていただき、該当月以外は、いつもの皆様の食堂に出前としてお料理をお届けしております。メニューの彩りに関して意見を出し合い、皆様に喜んで頂けるよう、スタッフ一同まごころを込めて作っております。今後ともよろしくお願いいたします。

居酒屋

