

ほのぼの あさひ

第100号 令和6年7月1日

100号記念



〒494-0012 一宮市明地字西阿古井1番地 代表〈0586〉69-4455
ホームページ <http://www.asahisou.or.jp>

社会福祉法人 朝日福祉会

あ さ ひ 保 育 園
軽 費 老 人 ホ ー ム 朝 日 荘
特 別 養 護 老 人 ホ ー ム 朝 日 荘
シ ョ ー ト ス テ イ 朝 日 荘
朝 日 デ イ サ ー ビ ス セ ン タ ー
朝 日 介 護 サ ー ビ ス セ ン タ ー
い っ ぷ く の り (デ イ サ ー ビ ス セ ン タ ー)



軽費老人ホーム朝日荘



桜がきれいだわ～

4月3日食堂に桜の飾り付けをし、お花見気分で三色団子か桜餅のどちらかお好きな方を選んで食べて頂きました。毎年皆さんどちらにしようか悩めますが今年は桜餅が人気でした。癒されましたね♪

花見だんご

桜餅にしました♪

バーベキュー

4月18日・19日に毎年恒例のバーベキューを行いました！お肉・野菜・焼きそばを炭火で焼いてたくさん食べて頂きました♪かぼちゃが甘くて美味しい～と好評でしたが不動の人気はやっぱり焼きそば！お腹一杯になりましたねー♪

焼きそば大好き♪

美味しく焼けたかな♪



軽費老人ホーム朝日荘



嬉しいわ〜♪

誕生会

毎月1回、昼食の時間にお誕生月の方たちをみんなでお祝いしています。いつもより豪華な食事が出るのでとても楽しみにされています。お祝いされるのはいくつになっても嬉しいものですね♪

乾杯〜！！

お茶会

いただきま〜す！

5月31日にお茶会をしました。コーヒーと紅茶をご用意し、地元のパン屋さんの食パンにあんこ・いちごジャム・ピーナツクリームを塗りお好きな物を選んで食べて頂きました。美味しかったですね♪

美味しいわ♪

特別養護老人ホーム朝日荘

春なので

季節は少し前ですが、天気の良い日は桜を見に行ったり、お茶会を開いたりしました

コロナも徐々に緩和され、元の生活に戻りつつあります。感染対策には十分気をつけながら沢山の行事をご利用者と楽しみたいと思っています



お茶会



お花見



職員研修



職員研修を開催しました。この日は新たに改正された「口腔管理体制」についての説明等行いました

口腔ケアは ①口腔疾患の予防 ②感染症の予防 ③口腔機能の維持・向上 ④栄養改善等に効果的であることが示されており、高齢者施設でもその重要性は認識されています。いつまでもお口からお食事できるよう取り組んでいきます



じゃがいもちいさいね～

収穫

ジャガイモと玉ねぎが出来たのでご利用者と収穫しました。

みなさん真剣です



玉ねぎもちいさいね～



看護室便り



みなさん、こんにちは、いかがお過ごしでしょうか？暑い日が続きますネ。汗はある程度出した方がいいです！老廃物を排出してくれますよ。その後は必ず水分補給をして下さい。特に高齢の方は脱水になりやすいため注意が必要です。



今回も看取り介護になった方を紹介いたします。



小川千代子様 98歳



嘱託医より心臓の働きが悪く急変もあり得るとのお話がありました。

長男さんに検査結果をお伝えしたところ、心不全で入院した時も「良くはならない」と医師から伝えられたそうです。長男さんとも相談し、悪い状態は前からで、急に検査結果が悪くなったのなら入院も考えるが、そうではないので高齢でもあるし最期まで朝日荘で生活をさせてほしいという意向で看取り介護になりました。

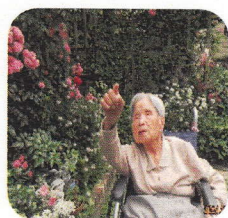
千代子様が元気な頃は、趣味でパッチワークの手提げを作ったり編み物でショールを作ったりされていたそうです。その作品を長男さんが持参されて、お部屋に飾っています。野球や相撲も大好きで観戦されていたそうです。もちろん野球は中日ファン。食べ物はなんでも召し上がりますが、うなぎ、饅頭が好物です。

家には犬もいて、名前は「まるちゃん」といってとても可愛がっており、亡くなってしまった時は泣いてばかりの毎日だったようです。

千代子様はオムツを付けることなくご自分でトイレを済まされます。排泄が終わり、職員がケアをすると「ありがとう、すまんね」と言葉が返ってきます。職員もその言葉で救われます。

朝日荘ではその方に合ったお世話をさせていただき、生活の質を大切にしたいと思っています。

思いやりの気持ちを大切に、皆さんが最期まで快適に過ごしていただけるよう、職員も一緒に生活しています。

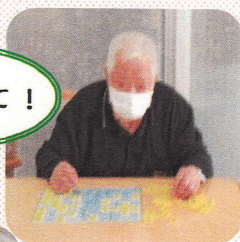


水政建設さん
ばら園見学

久しぶりの外出行事！
いろいろな種類のばらをみて
皆さん喜ばれていました。



頑張って！



鯉のぼり
づくり



力を合わせて
カラフルな
鯉のぼりが
できたよ！



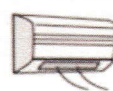
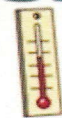
朝日介護サービスセンター

熱中症予防はできていますか？

夏は熱中症になりやすいイメージがありますが、梅雨の時期でも気が付かないうちに熱中症になる事があります。梅雨は湿度が高く、汗をかいても蒸発しにくいので熱が下がりにくく、身体が暑さに慣れていないため、体温調節がしにくいのです。梅雨の晴れ間や梅雨明けの時期も注意が必要です。高齢者は温度に対する感覚が弱くなるため、室内でも熱中症にかかりやすいと言われています。通常、脳が暑いと判断すると、体は自律的に皮膚の血流量や汗の量を増やして、体内の熱を周囲に逃がそうとします。しかし、老化が進むとこれらの増加の開始が遅れ、若者に比べて体の熱を周囲に逃す熱放散能力が低く、深部体温が上昇しやすくなります。それ以外にも、高齢者は温度に対する感覚が弱くなって「暑い」と感じにくくなったり、体内の水分量が減少していたり、喉の渇きを感じにくくなったりすることで、熱中症にかかりやすくなっています。高齢者は自分自身も、周囲にいる人も熱中症に注意してください。

予防法メモ

- ▶ 寝る前だからと水分を我慢せず、こまめな水分補給を心掛けましょう。汗をかいた時は、適度な塩分補給も必要です。
- ▶ 暑さを感じなくても、部屋の見やすい場所に温湿度計を置き、温度が上がったらエアコンをつけるなど、常に注意しましょう。
- ▶ エアコンや扇風機が苦手な人は、温湿度設定に気を付けたり、風向きを調節するなど工夫してみましょう。調節の仕方が分からない人は、身近な人に相談しましょう。



いっぶくの里・ショートステイ朝日荘

つつじ見学



今年もキレイだったよ

選択レクリエーション



いっぶくの里

4月より、ご利用者様がレクリエーションをご自分で選択し、楽しんでもらう日を作りました。皆さんの好きなものを選んで楽しんで頂ければうれしいです

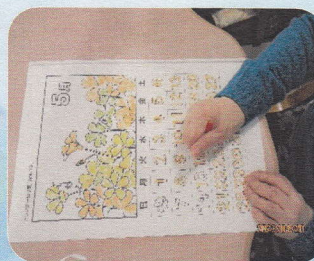
しっかり運動して
元気にいようね



スゴイの
作っちゃうよ!!



塗り絵



絵画クラブ



大きな作品を
協力して作りました

ショートステイ



私は赤く
塗るよ





厨房だより

厨

房

だ

よ

い

梅雨が開け暑い夏がやって
来ました

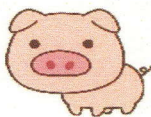
ここの夏バテ対策について
お話します

夏バテ防止を防ぐ7つの対策

- ①生活リズムを整える・生活リズムを一定にする
- ②冷房で身体を冷やさない・室内外の激しい温度差は、自律神経のバランスの乱れを引き起こす原因です
- ③入浴時は湯船に浸かる
- ④睡眠をしっかりとする
- ⑤適度な運動を心がける
- ⑥こまめに水分補給する
- ⑦栄養バランスの良い食事を心がける

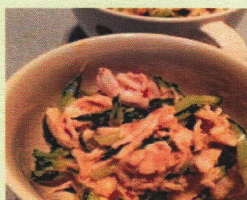
夏バテ防止ランキング

- 一位・イミダゾールペプチドたっぷり鶏むね肉
- 二位・ビタミンB1豊富な豚肉
- 三位・イミダゾールペプチドとタウリンのカツオ
- 四位・疲れやすい体に鉄分補給レバー
- 五位・ビタミンEの補給にウナギ



作り方

- 1 きゅうりを縦半分に切って斜め切りにしボウルに入れ塩もみして少し時間を置きます。軽く水で流しぎゅーつと絞り水気を切ります。
- 2 胸肉を二枚におろし広げ耐熱皿に置きラップをかけてレンジで5分加熱します。粗熱がとれたら細く手で割きます。
- 3 梅干しのタネをとりシソもあれば一緒にまな板にのせ包丁で叩くように細かく刻みます。ボウルに★の調味料と梅を合わせます。
- 4 きゅうりと鶏むね肉、いりごまを加え混ぜ合せて完成です！



とにかくさっぱり！梅干しで疲労回復！簡単美味しい☆鶏むね肉ときゅうりのさっぱり梅肉和え！

材料

鶏むね肉	1枚
きゅうり	2本
梅干し	2ケ
いりごま	大さじ1
★酢	小さじ3
★醤油	小さじ2
★砂糖	小さじ2

夏バテ防止ランキング一位の鶏むね肉
を使った人気メニュー

朝日荘を御支援いただいた
ボランティアの方々

(令和六年六月まで 敬称略・順不同)

加藤勝暗、岸野春夫、

尾西市美容組合

ありがとうございます



編集後記

昨年、植えた青シソのタネが落ちて今年いくつか芽が出ました。すでに薬味にしていたでいています。今年の家庭菜園はトマトとゴーヤに挑戦！いくつ実を付けてくれるか今から楽しみにしています。
(芳)