

# デイサービスセンターきりり いもほり

# 五常会通信



特別養護老人ホーム玄関横の畑では、季節ごとにさまざまな作物を育てています。

## きりり農園で

## 秋の収穫

10月17日(火)

デイサービスセンターきりりでは、機能訓練指導員によるリハビリ体操をメインに活動しています。この日は暮らしの中でのリハビリ活動と、季節を感じていただくイベントとしてさつまいも掘りを行いました。

発行責任者  
社会福祉法人 五常会  
理事長 山本 晃  
特別養護老人ホーム  
ケアハウスゆーとりあ  
〒599-8243  
堺市中区見野山164  
Tel 072-236-8779  
Fax 072-234-8674  
【HP】  
<http://yutoria.or.jp>  
【E-mail】  
[gojoukai@yutoria.or.jp](mailto:gojoukai@yutoria.or.jp)



黙々と集中してつる取りを



近隣地域ではご自宅で畑や田んぼを実際にされている方も多く、この日もご利用者の男性に土起こしやつる取りをご指導いただきました。

「芋見えてきた！大きい！」  
「いい色してるな」  
「戦時中は食べ物なかったからつるもよく食べたよ」  
「食べよか、つるも取らな」

天候にも恵まれ、少し汗ばむ陽気でしたが、皆さま麦わら帽子をかぶっていきいきと作業をしてくださいました。

「次は大根かな」  
「花もいよね」  
早速、次に植える作物のお話も。作業後に昼食を終えると、デイルームでうたた寝される方もおられました。





# 総合消防訓練

## 10月13日(金)

中区消防署立ち会いによる消防訓練を行いました。定期的な自主訓練と、年2回の立ち会い訓練を行うことで、火災や災害時にも落ち着いて行動ができるように備えています。

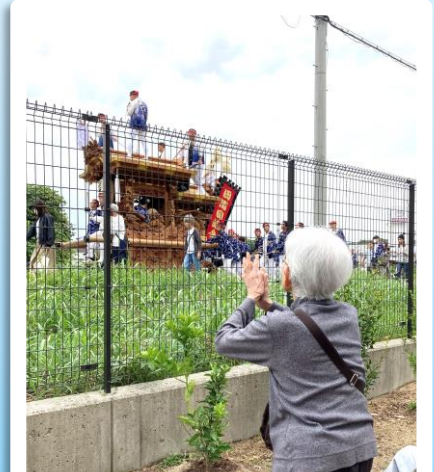
この日は夜間に火災が発生した想定での避難誘導や消防署への通報、消火器の放水等の訓練を行いました。消防隊員からの講評では、「煙による被害等を教えていただく、日頃訓練しておくことの重要性を感じました。」「必ず駆けつけるので、到着するまでの安全確保と情報収集をお願いします」と心強い言葉もいただきました。



# だんじり復活!!

## 10月14日(土)

コロナ禍でしばらく行われていなかった祭が復活! 昼食中も掛け声と太鼓の音が聞こえてくると、「え〜! 見たいけど、食べたい!」「太鼓の音聞きながら食べよう」とソワソワ。落ち着いてられない様子でベランダや園庭から鑑賞される方も。「太鼓の音聞いたらワクワクするわ」と久しぶりの祭の雰囲気味わっておられました。



## 文化祭のお知らせ

日時：令和5年11月5日(日)

<ケアハウス>

10:30~ 生活発表会【ピアノ演奏・合唱・演劇】

※作品展示もあります(10/30~11/11)

<特別養護老人ホーム>

14:00~(予定) ユニット活動発表会

※詳細についてはホームページにてお知らせいたします。

ご家族の皆さまのご来園をお待ちしております。



演劇「大きなカマ」の小道具製作中!!  
皆さまありがとうございます!!



# デイサービスセンター きりり

## 大人気! 音楽レク



10月17日～20日・23日は音楽レクリエーションを開催しました！  
 ピアノ講師としても活躍しているきりり職員による特別プログラムです。  
 「銀座の恋の物語」「長崎の鐘」「見上げてごらん夜の星を」などの曲を  
 ピアノ演奏に合わせて合唱をしました。  
 「懐かしい歌やなあ！」「これ誰の歌やっけ？」と盛り上がっておられました。  
 ふと思い出がよみがえり、涙されるご利用者様もおられました。  
 また、少し早いですが12月のクリスマス会に向けてハンドベル合奏の  
 練習も始めました。「赤鼻のトナカイ」を音階ごとに担当し、皆様真剣な  
 眼差しで取り組まれていました。素敵な演奏を披露できますように♪  
 次回は11月13日～17日開催予定です！



### 診療所たより

#### 『冬の脱水』



脱水というと夏のイメージが強いかもしれませんが、冬でも脱水を引き起こすリスクがあります。乾燥しがちな冬は、吐く息や皮膚から放出される水分量が増加

し、汗をかかなくても体内の水分が失われます。また、エアコン等の使用でさらに湿度が下がり、脱水症を起しやすくなります。特に自覚がないまま身体から水分が失われる量が増えるのが「冬の脱水」です。

ご高齢者は喉の渇きを自覚しにくかったり、普段の食事が不足しがちであったりするため、日頃から注意が必要です。

水分不足は食欲低下、嚥下機能の低下、体液が蓄積される筋肉の減少、内臓の働きの低下など、さまざまな症状につながります。頭がぼーっとする。ウトウトする、めまい、ふらつき等の症状も脱水症状のひとつです。

#### 予防対策

- ・何より定期的な水分補給を心がけましょう。水分はコップ1杯程度の水をこまめに飲むようにしましょう。
- ・ゼリーやヨーグルト、果物等の間食をメニューに取り入れると、水分も栄養も補給することができます。

- ・部屋の湿度を上げることから乾燥を防ぎ、身体の表面から逃げていく水分を減らすことができます。部屋の湿度は50～60%が適切です。加湿器を使用したり、室内に洗濯物を干したりして加湿しましょう。

脱水により持病が悪化することもあります。乾燥対策は、同時にウイルス対策もできるので、感染症予防にもつながります。

(看護師 N・Y)



### ゆーとりあのブログ

ゆーとりあ

検索





# ケアハウスの 11月のスケジュール



日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3 訪問歯科 訪問美容 (特養) 音楽クラブ	4
5 文化祭	6	7 ホーム喫茶	8 けんぴそう 健美操 (10:30~)	9	10 訪問歯科	11 音楽リハビリ (10:30~)  茶道
12 堺東高校 吹奏楽部 演奏会 (11:00~)	13 お出かけ日和 (10:30~)	14 手芸クラブ  ホーム喫茶	15 避難訓練	16	17 訪問歯科 訪問美容 (特養) お出かけ日和 (10:30~) お出かけ日和 (13:30~)	18  茶道
19 誕生会	20	21 ラパット  ホーム喫茶	22 けんぴそう 健美操 (10:30~)	23	24 訪問歯科 音楽クラブ	25 訪問美容 (ケアハウス)  スポーツ クラブ 【紅葉狩り】 (13:00~)
26 クッキング クラブ	27	28 手芸クラブ  ホーム喫茶	29	30		

## 【お知らせ】

新型コロナウイルスの感染拡大状況等により、急遽予定が変更となることがあります。  
五常会通信およびホームページ、施設内掲示板等でお知らせさせていただきます。  
皆さまのご理解とご協力をお願いいたします。

ケアハウスゆーとりあ