



はなその小規模便



1年で一番寒い時期ですが、梅のつぼみも膨らみ、少しずつ春の訪れを感じる季節となりました。1月は新年祝賀会や、どんどや見学など新春を感じて頂けるような行事がたくさんあり、ご利用者の皆様もおめでたい雰囲気を感じて頂けたと思います。

今月は護国神社への梅見学を予定しており、季節の変化を実感して頂きたいと思います。インフルエンザなどの感染症が流行しております。手洗いやうがいをしっかり行い、元気に春を迎えましょう！

元旦

元旦には、グループホームの皆様と一緒に、新年祝賀会を行いました。豪華なおせちとお屠蘇で、お正月気分を満喫していただきました！



どんどや

どんどや見学にグループホームのご利用者と一緒にやって来ました！勢いよく燃え盛る炎に「おーっ！」と歓声が上がリ、皆さんで今年一年の無病息災をお祈りしました。



誕生会

今回の誕生会は、愛犬と一緒に撮った写真を写真立てに入れてプレゼントしました。その後みんなでハッピーバースデーの歌を唄って、盛大にお祝いを致しました！



冬場の水分不足について

脱水症という夏場に起こるイメージがありますが、冬場にも脱水症状を引き起こすリスクがあります。原因としては、冬場は空気が乾燥しているうえに、暖房を使用することで更に湿度が低下します。乾燥した環境では皮膚や呼吸から自覚しないまま水分が失われていきます。また、喉の渇きを感じにくい、水分補給がおろそかになりがちです。さらに、高齢者によく聞かれるのが、「夜中トイレ起きたくないから、水は飲まない。」といった言葉です。水分不足になると、血液濃度の上昇、ふらつき、体温上昇など様々な症状が現れます。また口腔内が乾燥することにより、感染症にかかるリスクも上昇します。喉の渇きを感じにくい、夏場以上に意識的に、水分補給を行い厳しい冬を乗り切りましょう！

今月の行事予定

- 節分
- 梅林見学
- 合同音楽活動
- 植木市見学
- 運営推進会議



複合ケアホーム はなそのケアセンター
 〒860-0072
 熊本県熊本市西区花園7丁目25-23
 TEL: 096-359-3399
 FAX: 096-359-3330

<http://www.kumamotokousei.jp>