



# ふるさと

白楽荘在宅サービスセンターだより

平成26年7月25日 発行

白楽荘在宅サービスセンター

TEL 042-376-2942

<http://www.rakuyukai.com/>

認知症対応型デイサービス

## 昼食のうどん作りに挑戦！

ほのぼのデイサービスでは、さる6月30日（月）に、初めての試みとして、ご利用者6名と職員で昼食のうどんを生地から作りました。特に女性のご利用者が、長年の主婦としての腕を振るい、活躍されていました。

なかなかご自宅では調理に参加する機会がないご利用者も「昔はうどんも作ったのよ～」と生き生きと参加されていました。

男性のご利用者も、生地を足で踏む作業や麺を伸ばす作業を、力強くお手伝いして下さいました。もちろん、白楽荘の職員も一緒に頑張りました！

ほのぼのデイサービスでは、12名の定員数を生かし、より個別性を重視した活動の提供や、認知症の疾患があっても、安心してすごせる環境作りを目指したサービスの提供をおこなっております。



## 熱中症対策について！

急に暑くなり、特に暑さに体が慣れていない時には、汗を発散することが難しく、熱中症を発症しやすくなります。

<熱中症予防のポイント>

- ①室温をこまめにチェックし、扇風機やエアコンを活用する
- ②喉が渇かなくても、こまめに水分補給を行う
- ③三食栄養のある食事を摂る



家の中でじっとしていても室温や湿度が高いために、熱中症になる場合があります。体力をつけて、熱中症を防ぎましょう！

## ～介護者の腰痛予防～ 多摩市家族介護者教室



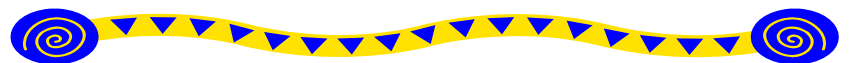
さる7月8日（火）に、平成26年度第1回多摩市家族介護者教室を開催いたしました。

昨年度、好評をいただいた「介護者の腰痛予防」について『持ち上げない介護』と題し、講師として、東京YMCA医療福祉専門学校介護福祉科の品川智則先生にお話していただきました。

身体の特性を理解し、介護者・利用者ともに安楽に無理のない自然な介護を実施することが大切であることや、福祉用具を使用した介助方法についても、お伝えいただきました。

次回の多摩市家族介護者教室は、10月中旬頃に「排泄」について開催する予定です。詳細が決まりましたら、ご案内いたします。

## 今月の催し物



白楽荘在宅サービスセンターに、近隣の保育園児のみなさんが、7月15日（火）・25日（金）に相互交流活動として来所され、元気いっぱいの歌の披露や、手作りカードのプレゼントをしていただきました。

また、7月21日（月）には、先月に引き続き、東愛宕中学校吹奏楽部が来所され、バンド演奏を披露して下さいました。

今後も、さまざまな催し物や、ボランティアの来所を通して、地域との交流を図っていきたいと思っております。



## 編集後記

今回の「ふるさと」はいかがでしたか？

さて、梅雨が明け、厳しい暑さが続いておりますが、皆さま体調は崩されていないでしょうか？体が暑さに慣れていないため、水分補給や休息をとり、体調管理にご注意下さい。私は、短い夏をキャンプ、海水浴と楽しみたいと思います。

（相談員 五十嵐香織）