

さんみ苑だより！！

苑長あいさつ

この度、中国地方郵便局長協会から3台の車いすをご寄贈いただきました。散歩に、通院に役立つことと思います。また、足腰の弱い方は車いすをリフト車に乗せて遠出ができ、活動範囲を広げてあちらこちらに行くことができます。

9月16日には局長のご夫人の会が訪問され、リフト車など7台をボランティアで清掃していただき、車がきれいになりました。こうして、さんみ苑の高齢者と障害者は地域の方々、郵便局に見守られて今日も元気にリフト車でドライブを楽しんでいます。

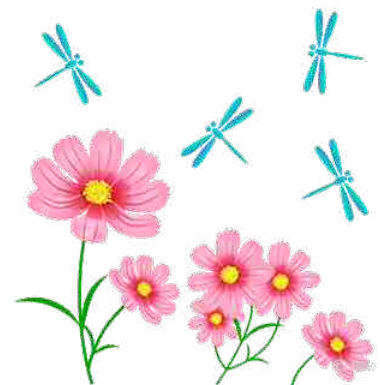
テイサービス(高齢)

まだ暑い日もあり、身体の調整をするのが大変な季節ですが、調子を崩さないように気をつけてください！

前月はおはぎ作りをしましたがお味はいかがでしたか？
楽しんでいただけたでしょうか。

〈今月の予定〉

- 8日(火) 三見小中学校中等部 交流会
- 13日(日) お楽しみ会
- 25日(金) フラワーアレンジメント
- 26日(土) のびっこハロウィン交流会



障がい者支援・グループホーム

さんみ苑障がい部門では、外部の先生によるハンドマッサージの活動があります。今年から始まった活動ですが、活動前に、担当する職員はハンドマッサージ講座を受けます。いろいろなことに、理念や基礎があり、大変勉強になっています。利用者さんもととても気持ちよさそうな表情でマッサージを受けておられ、さんみ苑内に幸せな時間が流れています。



高 齢 者 相 談 支 援

○三見公民館祭りに出店します！！

今月の10/27（日）に三見公民館にて公民館祭りが開かれます。

高齢部門では、コーヒー・ジュース・お菓子の販売を行います。

その他にはうどんや焼きそばなども販売されますよ（^^）

地域の方と交流できる機会なのでとても楽しみにしています♪

皆様お誘い合わせの上ぜひ遊びにきてくださいね。

お待ちしております。



厨 房

10月に入り柿の美味しい季節となりました。

「柿が赤くなれば、医者が青くなる」といわれるほど、柿は栄養価が高く健康食品として優れているといわれます。ビタミンAとCを多く含み、疲労回復、風邪の予防、老化防止、がん予防に効果があります。また、二日酔いにも効果があるといわれています。柿は葉も栄養価が高く、柿の葉茶などにも利用されています。

柿は体を冷やす作用も併せ持っていますので美味しい

からと言って食べすぎにはくれぐれも注意しましょう！



編 集 後 記

日が暮れるのも早くなり、秋の深まりを感じられるようになってきました。夏の終わり頃には大雨が降り、色んなところで土砂崩れや洪水などがあったようで避難された方も多かったことと思います。警戒レベル3と発令されたら高齢者等は避難、警戒レベル4であれば全員避難です。避難場所へ行くことが難しい場合は近くのより安全な場所又は建物の上へ避難するようにしましょう。災害の恐れがある場合は、自分で大丈夫だと判断せず、近隣の方と声をかけあって早めの避難を心がけるようにしてくださいね。

* 今月も読んでいただきありがとうございます * 在宅介護支援センターさんみ苑 和田

高齢の方や障がいをお持ちの方、介護をされているご家族の方の在宅生活を応援します。生活の中での悩みやお困りごとなど何でも構いません。

介護保険に関する問い合わせにも対応いたします。

お気軽にご相談ください！ ※個人情報(秘密)は厳守いたします。

住所

〒759-3721
萩市三見 3852 番地 1 (蔵本)

電話

2 7 - 5 0 0 0

高齢は杉本、松井、山根、和田が障がい(入所、通所の相談)は、杉山、濱岡が対応いたします。