

さんみ苑だより！！

苑 長 あ い さ つ

9月末、10月の祭りを前に講中が集まり鳥居にかける「しめ縄」を作りました。持ち寄った藁をそぐって束をつくり、束を差し込みながらねじっていき、長さ8ひろ半のしめ縄が約2時間で完成しました。出来上がったものは、太さもまちまちで跳ね出た藁も多く、決して見栄えの良いものではありませんでしたが、伝統行事が廃れてきている中、手作りに意味があるとみんな満足気でした。よく見ると、今年からそばにある本殿には合成繊維でできたきれいなしめ縄がかけられていました。

テ ィ サ ー ビ ス (高 齢)

カレンダーも残すところ2枚となりました。

11月は霜月 文字通り霜が降る月という意味です。

10月半ばまでは、異例の夏が続いていましたが、急な冷え込みにより、体温調整をする自律神経が乱れ体調を崩されていませんか？

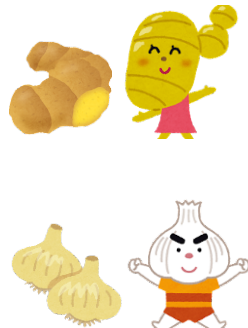
入浴や体が温まるニンニクやショウガが入った食事などで、体を外と内の両方から温めると良いそうですよ。

今月の予定

23日(火) フラワーアレンジメント

今月の手芸

リポントレイ です。お楽しみに！



フジバカマの花に海を渡る蝶
『アサキマダラ』
が来ました！



障がい者支援・グループホーム

こんにちは。さんみ苑障がい部門です。先日まで、30度近くになっていた気温も、冬に向け、どんどん下がり、コロナ以外にもインフルエンザの流行など体調管理の難しい時期となりました。

11月には、苑内行事として、さんみ苑の利用者さんと職員でさんみ苑まつりを行います。

11月7日には、内容を変更した形でさんみ公民館まつりが開催されますが、来年にはコロナが終息し、これまで通り、地域の皆様とお祭りを楽しむことができればうれしいです。



今回の挿絵の一部は、今年度、入職した職員が作成した物です。

高 齢 者 相 談 支 援

○介護保険サービスについて

・訪問入浴介護

○要介護 1～5 の方：自宅の浴槽では入浴が困難な場合、移動入浴車で訪問してもらい、自宅に浴槽を持ち込んで入浴介護が受けられます。(1 回につきの料金)

○要支援 1・2 の方：自宅の浴槽では入浴が困難な場合、移動入浴車で訪問してもらい、自宅に浴槽を持ちこんで介護予防を目的とした入浴の支援が受けられます。(1 回につきの料金)



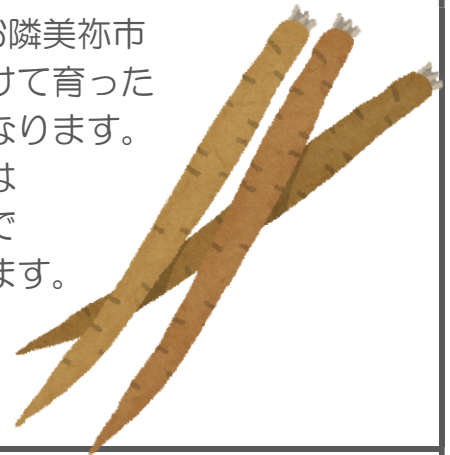
・訪問看護

○要介護 1～5 の方：疾患等を抱えている場合、看護師などに居宅を訪問してもらい、療養上の世話や診療の補助が受けられます。(1 回につきの料金)

○要支援 1・2 の方：疾患等を抱えている場合、看護師などに居宅を訪問してもらい、介護予防を目的とした療養上の世話や診療の補助が受けられます。(1 回につきの料金)

厨 房

11 月に入り寒さを一段と感ずるようになりましたね。萩市のお隣美祢市では「美東ごぼう」が旬を迎えます。カルスト台地の恵みを受けて育ったごぼうは、きめ細やかな肉質で柔らかく、香りのよいごぼうになります。ごぼうを食用にしているのは日本だけと言われており、中国では漢方薬として使用されています。ごぼうは食物繊維を多く含んでおり、腸の環境を整えたり、血糖値の上昇を抑える働きがあります。ごぼうは年間を通じて出荷されていますが、美東ごぼうの出荷は 10 月から 12 月の旬の時期だけですので、旬の間に是非食べてみてください。



編 集 後 記

皆様こんにちは🍁日中も一段と冷え込み、冬が近づいてきたなと感じます。今年も残すところあと 2 か月となりました。1 年はあっという間ですね。年を取るにつれ時間が過ぎるのを早く感じるのは日常に刺激がないからとネットの記事で見たことがあります。日々同じことの繰り返しもいいですが、たまには行ったことのない場所へ行ってみたい新しいことに挑戦をしてみたりすると良い刺激になるかもしれませんね。

* 今月もお読み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 高橋

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、高橋が障がい(入所、通所の相談)は、杉山、濱岡が対応いたします。