

社会福祉法人 ふたば園

2023年5月号

発行 第297号

さんみ苑だより！！

施設長あいさつ

『五月病予防は大切』

今年のゴールデンウィークですが、5月1日、2日を休むことで、最大9日間の連休になるそうです。地域の皆さまの中には、この期間を利用して旅行をされたり、家族が帰省をされたりして、アクティブに過ごされる方も多いのではないのでしょうか。しっかり楽しんだ後には、自覚していない疲労の蓄積も起こります、連休後、平時に戻った後に、体調を崩さないように体を休める日を作ることも大切です。

テイサービス（高齢）

初夏の訪れを感じる風に青葉が薫り、過ごしやすい季節となりました。外出する機会が増えるでしょうが、水分や休養をこまめにとりましょう。今の間に熱中症対策を万全にして、元気に過ごしたいですね。

【5月の行事】

5月11日(木)～17日(水) 鯉のぼりミニ運動会

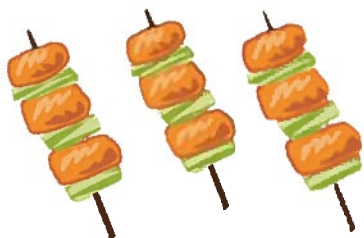
レクリエーションの時間に、運動会をイメージしたゲームを行う予定です。
みなさんお楽しみに♪



障がい者支援・グループホーム

新緑の季節となりました。木々や草花の葉が青々と太陽の光を浴びながら輝いていますね。4月は花粉や黄砂で風景が霞んでいる時期が多くあったように感じましたが、5月は澄んだ空気の中で新緑の輝きを感じたいものです。

今月は障がい支援部門では、『春の宴（うたげ）』という行事を予定しています。利用者さん、ご家族、職員で美味しいものを食べながら親交を深めたいと思います。昨年は焼きそばや焼き鳥、フランクフルトを焼いて食べたので、今年もみんなの心もお腹も満たされるような食べ物を用意したいと思います。



高 齢 者 相 談 支 援

○要支援・要介護の違いについて ～要支援とは～

要支援…日常生活は自分で送ることが出来るが、多少の支援が必要な状態

【例】 ※あくまでも例のためすべての方に一致するものではありません。

要支援 1：食事や排せつ、入浴などほとんど自分で行えるが、掃除などが一人ではできない。

要支援 2：食事や排せつなどは自分で行えるが、入浴時に背中を洗えない、浴槽を跨げない。

要支援の認定が出るとデイサービスやヘルパーなどのサービスが利用できます。利用頻度は要支援 1 だと週に 1 回程度、要支援 2 だと週に 2 回程度の利用頻度となります。



厨 房

5月5日は子どもの日「端午の節句」です。この日に食べる行事食として、ちまきや柏餅があります。

ちまき・・・現在は笹の葉が使われていることが多いですが、茅（ちがや）というかやの葉が使われていました。茅の葉は災難や病をよける葉とされていました。

柏餅・・・柏の葉は新葉がでるまで古い葉が落ちないことから、「子孫繁栄」を願い柏餅に使用されています。

子どもの健やかな成長を願いながら、これらの食べ物を食べてみられてはいかがでしょうか？



編 集 後 記

皆様こんにちは 随々と暖かくなり、過ごしやすい季節となりましたね。コロナが5類に下がり規制も緩くなったため、今回のゴールデンウィークにお出かけされる方や、子供さんやお孫さんが帰省されるお宅もあるのではないのでしょうか？人や車の移動が増えてくるため事故も増えやすくなります。外出する際は事故などに巻き込まれないように気をつけて行動してくださいね🚗

*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、山下、
倉兼、河部が対応いたします。