

社会福祉法人 ふたば園

2025 年 9 月号

発行 第 325 号

さんみ苑だよい！！

施設長あいさつ

とある文献によると人の第 1 印象は 3 秒から 5 秒で決まり、表情、身振り、服装などの視覚情報が 55%、話し方、声のトーンなどの聴覚情報が 38% を締めるそうです。現在、さんみ苑では、接遇の向上に努めております。そのために、まずは、笑顔であいさつを徹底しております。今後も皆さまにとって快適なサービスを提供できるように精進してまいります。

テ ィ サ ー ビ ス (高 齢)

【今月の満月●8日】

今月の満月をハーベストムーンと呼ぶそうです。ハーベストとは英語で収穫という意味があり、トウモロコシなどの作物を収穫することにちなみ、その時季に見られる満月に名付けられたようです。

8月は利用者さんだけで、たこ焼き作りをして楽しめました。たこ焼き作りは初めての方、よく作っておられた方、様々でしたが各グループで皆さん、生き生きとした笑顔で作り、食べて、写真に納まってもらえました(o^ー^o)

【9月の行事予定】

3(水) フラワーアレンジメント

毎月の手芸は、自由に参加できます!!



障がい者支援・グループホーム

梅雨明けから猛暑と雨が降らない日が続いたかと思ったら、お盆前の災害級の大雨と極端な天候となりましたが、体調を崩されたり、大雨の被害に合われたりされていないでしょうか？ さんみ苑障がい者支援部門ならびにグループホームの利用者のみなさんは暑さに負けることなく元気に過ごされています。

8月は入所利用者の方で、8月1日の花火大会を萩総合福祉センターの屋上から楽しんだり、8月14日の三見地区盆踊りに参加してみなさんと踊りを楽しんだりしました。苑内でもスイカ割りをしたり、そうめん流しをしたりと夏ならではのイベントを楽しみながら過ごしています。



高 齢 者 相 談 支 援

避難情報 警戒レベルとは？

○警戒レベルとは、避難の判断や準備を行う目安となる指標で、避難情報や防災気象情報などの情報をもとに5段階のレベルに設定されます。レベル3になったら高齢者など避難に時間を要する人が避難をはじめ、レベル4以上になったら危険な場所にいる人は全員避難が原則です。災害が発生して身の危険を感じたら避難が必要です。

○避難場所を確認しましょう。

避難所等に避難する際は、自分の食料や避難生活に必要な物資を持参するのが基本です。日頃から非常持出袋などにまとめ、すぐに持ち出せる場所に用意しておきましょう。持病の薬やアレルギー対応食など、自分や家族にとって重要な物、災害時に入手しにくい物を優先的に準備しましょう。

夏は熱中症対策用の冷却用品、冬は防寒対策用ジャケットなど季節に応じて内容は変わるので、定期的にチェックが必要です。

また、集団生活を送る避難所では、感染症が広がるおそれがあります。マスクや衛生用品を準備しておけば、感染症対策になります。

厨

房

暦の上では秋とはいえ、まだまだ暑い日が続いています。夏の疲れも出やすい時期ですので、食事と睡眠をしっかりとるよう心がけましょう。また、ストレッチなど適度に体を動かすことも疲労回復に効果があります。

ビタミンB₁は、ご飯などの糖質をエネルギーに変えるために必要な栄養素で、不足すると疲れやすくなります。夏は特に不足しがちになりますので、積極的に食事にとり入れましょう。豚肉や玄米、たらこや鰻、豆類や種実類などに多く含まれています。にんにく、ねぎなどに含まれる香気成分「アリシン」と一緒にとると、より効果的です。

編 集 後 記

日ごろから、地域の方と交流や会話をしていますか？

いざという時に、誰かが助けてくれると思いたいですが・・・そうでないことが多いのが現実です。まずは自身の身を守る行動を。それから、他者の支援になります。遠くにいる親族より、日ごろから近所の方と交流する機会をもち、声をかけやすい、助けやすい関係を築いておきましょう。普段から高齢者・障がい者の方など支援を要する人がいる場合はどんな手助けが必要なのかを知っておけば、避難の際にも役立ちます。日照りが続いた後は、豪雨、それからまた日照り、夏はまだまだ続きます。ご自愛ください。

＊今月もお読みいただきありがとうございました。

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。

さんみ苑だよりはふたば園 HP でも掲載しております http://www.futaba-hagi.jp/sanmi_01/menu_04.html

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、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。