

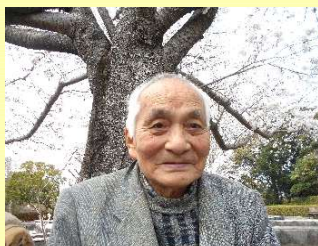
ショートステイ モワ・トゥール 通信

vol. **13**

令和5年6月発行

お花見ドライブ

今年も、スタッフ間で桜の開花具合を共有し、ちょうど満開の3月27日と4月1日に、円蔵寺公園でお花見をしました！桜の下で食べるおやつは、また一味違って美味しく、会話も弾みました。綺麗な桜吹雪に、「わ～！」と歓声が上がっていました。天気も良く、利用者様の素敵な笑顔に、スタッフも元気をいただきました。ホーム中庭の桜も満開で、ドライブに行くことの出来なかった利用者様も一緒に、春を堪能することができました！



願い事叶え

利用者様おひとりおひとりに、食べたい物や行きたい所、やってみたい事をお聞きし、その願いを叶えよう！という取り組みを行っています。今回は「お寿司を食べたい！」との願いがあった利用者様へ、テイクアウトしたお寿司を、落ち着いた空間で召し上がっていただきました。「美味しかったよ」ととても喜んで頂けてよかったです。

看護より 【梅雨時期の体調管理について】

じめじめした日が続く梅雨の時期は、湿度の高さや気圧の変化で体調が崩れる事が多くなります。食欲の低下、身体のだるさや不眠、更に浮腫みも出てきます。食欲の低下、消化不良を防ぐには、冷たい飲み物や食べ物ばかりでなく、温かい物も摂る様にしましょう。又、梅雨の時期は気圧が不安定になり自律神経が乱れます。自律神経を整えるには、決まった時間に起き、しっかりと朝食を摂りましょう。朝食をしっかり食べる事は生活のリズムを整える事に繋がります。更に浮腫み解消には、キュウリやズッキーニ、アボカド等を摂るのが良いと言われていますが、適度に摂る様に心がけましょう。梅雨に入るとイライラしたり、ストレスが溜まりやすくなりますが、体調管理を行い、梅雨を乗り越えましょう。



↑今回はモワスタッフです。

社会福祉法人 花心会

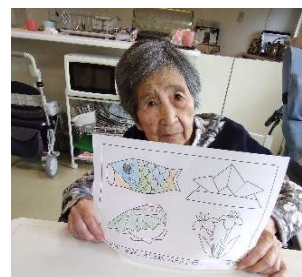
グランパランモワ

TEL.0955-23-4677

グランパラントール

TEL.0955-20-9310

■ 日常・レク風景 ■



私の故郷の紹介 (ゲット介護士)

有給休暇を使って、故郷ベトナムに帰ってきました。家族に会うのは久しぶりで、私の国は大きく変わっていました。写真は私の家族と首都ハノイの綺麗な夜景です。ĐÔNG ĐÀ 集合住宅34階から撮影しました。皆様も機会があったら是非私の国を訪れてみて下さい♡

母の日

5月14日、女性の利用者様おひとりおひとりに、カーネーションをお渡ししました。カーネーションの花言葉は「母への愛」。「いつも有難うございます。これからもお元気でいて下さいね。」とお伝えすると、「ありがとね。これからも宜しくね」と利用者様からもお礼のお言葉をいただきました。この日は、ご家族様からも生花やプレゼントが届き、「あらー。嬉しかー。」ととても喜ばれていました。ご家族様のお話もたくさん聞かせて下さいました。

