

囲炉裏庵たかもりたより

2019年1月号

2019年1月1日発行
宮城県高齢者生活協同組合
囲炉裏庵たかもり

仙台市泉区高森 3-4-131
電話 341-9583 FAX 341-9584

新年明けまして

おめでとうございます

昨年は格別のご厚情にあずかり、職員一同心より御礼申し上げます。

今年は新年のスタートにふさわしい穏やかな元旦を迎えることができました。囲炉裏庵たかもりでは、利用者の皆様・地域の皆様に安全で安心にご利用頂けるよう努め、皆様の御心に寄り添ったサービスの提供を目指してまいります。

本年も変わらぬご支援を宜しくお願い致します。

～月曜日休日のお知らせ～

スタッフ不足により勤務体制の維持・継続が困難な状態の為月曜日を1月より休止と致します。

【デイサービス】定員 10名

☆空き状況

日	月	火	水	木	金	土
休	休	×	▲	○	○	×

☆時間 9:30～16:40

☆1日体験も随時受け付けております。

閉塞性動脈硬化症

四肢の主要な動脈の動脈効果が進み狭窄又は閉塞が起こることにより血液の流れが悪くなり手足に循環障害を起こす。

○症状

- ・手足の冷感、しびれ、疼痛
- ・一定距離を歩行すると下肢が痛み、数分すると回復する
- ・安静時に手足の痛み

○予後のリスク

- ・重症の虚血による足趾
- ・突然の下肢の痛みや蒼白、脈拍の消失としてあらわれる急性動脈閉塞に注意。
- ・致命的な血管障害への移行が起こる。

○気をつけること

- ・内服薬の服用
- ・禁煙への心がけが必要
- ・フットケアが大切



泉西部地域福祉事業所

第33回地域懇談会は、12月23日（日）に16名の参加のもと、楽しい忘年会を催しました。

飲物はもちろん、頂いた手作り野菜を用い、3種類の鍋（だまこ鍋・白菜鍋・おでん）・手作りお菓子・サラダ・漬物などを囲み、「一年を振り返り、この地に住んでよかったこと」などを自己紹介を兼ねながらお話をしました。

軽体操・難問クイズで頭を活性化、ビンゴゲームで景品をもらいました。

そして、何よりも健康第一に考え、お互い支えあって来年の集いに参加できることを誓ってしめくりました。

次回は1月27日（日）10:00～13:00

「新年のお茶会」を開催予定です。
皆様のご参加をお待ちしております。

囲炉裏庵たかもり 12月の活動風景



優しい音色に癒されました



素敵なお歌声に一同感激です



艶やかな舞いに釘づけでした



利用者代表で歌のご披露です



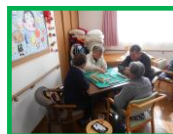
鬼のパンツ体操楽しかったですね



杜っこの子供達とクリスマス♪

麻雀・囲碁を 一緒に！

希望曜日：火、木曜日
時間：10時30分～
11時30分
参加いただける方は
事前にご連絡ください



生活の「困った」は
ぜひご相談ください

近所の方や中学生にご
協力を頂きながら、生活
支援のお手伝いを行っ
ております。困っている
ことなどご相談下さい。
☆介護相談 ☆買い
物・掃除・ゴミ捨て
☆通院、入退院の付
き添いなど

★おばあちゃんの知恵袋★

皮膚ガスってご存知ですか？体臭のことなんです。

お酒やタバコを多く吸う・肉や魚を良く食べる・心配性・ストレスが多い・運動をしない・お風呂はシャワーだけ・仕事でシンナーを吸う等5つに当てはまると「皮膚ガス」になりやすい様です。

☆改善方法☆

- ・運動して汗をかく（30分以上のウォーキング）
- ・正しい入浴（泡で優しく洗う。ゴシゴシ洗いは返って皮脂の分泌が活発になる。）
- ・油の取り過ぎに注意（オレイン酸のごま油やエゴマ油はOK）
- ・みそ汁が良い（しじみ・ブナシメジなど）