

講習会の様子



6月1日(水)に当法人理学療法士による介護予防体操講習会と管理栄養士による経口補水液講習会を開催しました。

経口補水液講習会では、高齢者が熱中症にかかりやすい理由や、昨年つつじ荘職員が熱中症になり入院した時の経緯などを質問形式で行い、水分の取り方や量、水分とは言っても様々なものがある中で適している水分、適していない水分の事をわかりやすく説明して下さりました。

つつじ荘ではより簡単に作れるように、ペットボトルのキャップを利用した作り方をお勧めしています。作り方の詳細は受付にプリントを用意してあります。ぜひ、経口補水液を活用して、今年の暑い夏を乗り切りましょう！

今年の夏は猛暑予想！熱中症予防をして、暑い夏を乗り切ろう！

つつじ荘新聞

発行年月日
2016年7月1日

発行人
老人福祉センター
つつじ荘

所長より
ひとこと

「いつも楽しいつつじ荘」を皆様に感じて頂けるように職員一同頑張りますので、皆様もご理解とご協力をお願い致します。

7月の予定



5日 カラオケ大会

9日 津軽三味線演奏会

16日～18日(午前)

湖北祭りの為バス停変更

6月19日(日)は父の日でした。

つつじ荘でも、日頃の感謝の気持ちを込めまして、ささやかですがプレゼントをご用意致しました。

男性の利用者はお風呂の利用者がとても多いので、お風呂で使用できる物が良いと思われましたので、タオル・ボディタオル・ビニール製のバックにしました。



日頃の疲れを、つつじ荘の大浴場でゆつくりとお取りください。

父の日のお祝い♪



7月のお知らせ

7月16日・17日・18日湖北祭り

湖北祭り開催の為、湖北駅北口発着の便はお祭り開催中の16日から18日午前中は湖北駅南口発着となります。お間違のないように！！



ポールウォーキング講習会



6月12日(日) 柏の葉ポールウォーキングクラブ代表理事、武田明先生を講師に迎え講習会を開催致しました。

ポールウォーキングとは、日本の整形外科医により、メタボリックシンドローム・認知症・ロコモティブシンドローム(運動器症候群)の対策として開発されたものです。

ポールウォーキングを「杖」と同様の意味合いでとらえている方がとても多く、とても残念に思っていました。「杖」を使用する事とは違う事を少しでも多くの方に知って頂きたいという思いで実施致しました。ここ最近では、高齢者だけではなく、若い方でもウォーキングの際にポールウォーキングをしている方を目にすることもありまます。また、ポールを使用した体操をするだけでも筋力・筋持久力・柔軟性も高まります。日頃からウォーキングや体操を日課としている方にポールを使用することでより質の高い健康寿命を延ばしてほしいと思います。

つつじ荘では、要支援・要介護の危険が高状態の虚弱(フレイル)化防止の切り札として、今後ポールウォーキングを取り入れ、地域の健康寿命を高めていきたいと思っております。ご興味のある方は是非ご参加ください。



何をお願いしようかな・・・。



べにちゃんは病気のため治療中(泣)



つつじ荘では季節を感じて頂くために様々な催し物を行っています。今の時期はもうすぐ七夕♪短冊に祈りを込めてお願いごとをしました。笹の葉に沢山の飾り物をしていきますが、つつじ荘の利用者の方々が沢山作ってくれました！まだお願いごとをしていない方は早くお願いごとをしてください！！

こんなに目立つのに意外と知らない人が多いのですが、2階の手摺に千羽鶴が飾ってあります。約1万7千羽！毎日コツコツ折って下さった鶴を受付職員が繋げてくれました。