



やはた通信 vol.23



2014年2月

2月も中旬になり、ようやく色とりどりに梅やスイセンなど花々が咲く季節になりました。そんな花々を見ると気持ちも少し穏やかになるこの頃です。やはたに来られる皆さまは、リハビリに一生懸命励まれる方々、また空いた時に周りの方々と楽しくお話されている方々、アクティビティを楽しむ方々、それぞれ思い思いにやはたで一日を過ごされています。



1月八幡神社へ初詣に行ってきました



冬は脱水症に注意しましょう！！

- 冬は夏のように水を飲みませんし、冬の食べ物は以外と水分が少ない。
- 寒くなるとトイレに行く回数が増えたり、また厚着をして暖房の入った部屋にいると以外と汗をかきます。
- 部屋の中は暖房によって乾燥が進みます。
- 冬に活発化するウィルス感染による脱水があります。



■こんな時は脱水のサインです！

肌の乾燥、口の中の粘り、体がだるい、めまいがする。



◆冬の脱水対策

食べ物から水分を摂る(水分をたくさん含んだ野菜で鍋料理などが特によい)、部屋の中の加湿、部屋の空気の入替えなどが有効です。
とにかく！水分をたっぷり摂り、元気に春を迎えたいですね。

◆職員の紹介◆



坂元純一(生活相談員)

趣味は映画観賞、

日南から2時間かけて通勤しています。

何事にも熱心、介護業務は経験豊富、静かに熱い！29歳です。

ご相談がありましたら、何でも申し付けください。

上司の押川から一言

とてもまじめで、責任感がある彼です！

リハビリの様子



千切り大根作



野草の生花



恵方巻き作り



カラオケ



※ 今後の行事予定 ※

- ・難山見学(大淀川学習館)
- ・巻きずし作り



◎ 1月の曜日別空き状況 (定員30名)

現在の「やはた」の空き状況です。お気軽に生活相談にお声かけ下さい。

追加で曜日を増やしたい方もお気軽にどうぞ。

| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---------|---|---|---|---------------|---------------|---------------|
| 空き人数 | 4 | 6 | 5 | 8 | 3 | 2 |
| アクティビティ | | | | お菓子作り 作品作り | お菓子作り 作品作り | 野草の生花 カラオケ |

◎趣味サークル活動

調理、囲碁、将棋、
コーラス、手工芸、
カラオケ

担当：坂本、押川、野村

デイサービスやはた
Tel.0985-75-9285

