デイサービスセンター東中野山

東中野山だより

=



梅雨入りです

新潟も梅雨に入りました!

いよいよジメジメとした季節の到来ですね。梅雨は何かと気分も 滅入りがちですが、恵みの雨ともなります。緑も深まっていく季 節です。雨上がりの晴れた日は空も空気も綺麗です♪皆様と一緒 に元気にこの時期を乗り越えて行きましょう。



空き状況

看護師の岩橋蓉子と申します。職員紹介に掲載していただきましたが6月18日より産休に入らせて頂いております。お陰様で体調を崩すことなく、産休まで勤めさせて頂くことができました。ありがとってざいました。この度は2人目の子はいました。この度は2人目の子の予定です。一人目の子は別ですが既に甘えが始まり、赤ちゃんを産んで皆様に抱っこが始まり、赤ちゃんを産んで皆様に抱っこいにお邪魔させて頂きたいと思ります。しばらくお休みも頂きますが復にずる予定です。皆様が元気にデイサーようる予定です。皆様が元気にデイサーようでおります。

Welco

 月
 火
 水
 木
 金
 土

 Δ
 O
 Δ
 O
 Δ
 O

O:空き有りΔ:ご相談下さい

高齢者の入浴効果について

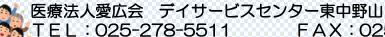
- 清潔の保持をします。高齢者にとってもっとも大切なのが、皮膚を清潔に保つことです。 汗などの老廃物や陰部に残った排泄物などの汚れは、雑菌の繁殖を招きます。 かぶれ、床ずれ(褥瘡)などを防ぐ上でも、皮膚の清潔はポイントになります。
- ☆健康効果 洗身・洗髪で刺激を与え湯船で体を温めると、血行が良くなり新陳代謝が促進されます。
 - 冷え性や血行不良の高齢者・運動不足や疾患で筋肉や関節がこわばっている高齢者には、入浴が最も手軽で効果的な解決法でこわばいも和らぎますよ♪
- 安眠効果があります。活動量が落ちている高齢者には、入浴もちょっとした運動と同じです。 血行が良くなって発汗もあり心地よい疲れが訪れます。 心身の緊張がほどけ、 副交感神経が刺激されて自然な眠りにつくことができるでしょう。
- 1ラックス・気分転換になります。 食事と同じく、入浴も高齢者の大きな気分転換であり楽しみでもあります。 自力で外出などの活動ができない高齢者なら尚更入浴を心待ちにしているかもしれませんね。

いちごフェアー

皆さんと一緒にイチゴのパンケーキを作りました♪



見学や無料体験も随時お受けしております。お気軽にお問合せ下さい。



FAX: 025-278-5070

管理者:大島 生活相談員:風間・半井野

































