

温泉日和

第24号

今年も宜しくお願いいたします



2011年 うさぎ年

祈せ二ご誠そ施とれは莊に並が し リをす ます 新
多〇支意の設思、ご敷地み、寒上がを昨 年 新
申き一撰努目でつ親のに域と天にげ年と健し 勝の年
し良一よ力標あてし妙その真氣入まどう利は 年の
上き年ろしにりにいま高びシつりのりすどご用は こと
げ一がして向たたれ山えん青良空。うざいた香 迎
年皆くまかいだ、のてボない気。ぞいだ山 とえ
様おいつとけなよいル空日は よまらしきま お皆
。なに願りて職くうま妙のは冷 ろししたま 様は
にいま職つ、てにす高コ白た るしく。し宅 申
まり致す員てそは地。山 銀ひにの して宅 申
すまし。一のな域名がトにの お 誠サ
よしまど同まよらに香美う輝で うえう誠すうな愛山しくす
うてすう誠すうな愛山しくす お幸。ぞ心。ないさ苑くと山 申

新年のご挨拶
次長 北川清代子

ページ紹介

表紙: デイサービス作品
新年のご挨拶

中面: デイサービス ツリー作成
ショートステイ クリスマス会
介護者教室

裏面: 低温やけどにご注意!
お正月料理レシピ
編集後記



低温やけどに「注意」!



●低温やけどとは?

体温より少し暖かい温度のもので、皮膚の同じ部分が長い時間接触していると発生するやけどです。

- ☆四四℃ ↓ 三時間から四時間
- ☆四六℃ ↓ 三十分から一時間
- ☆五十℃ ↓ 二分から三分

●低温やけどの危険があるもの

- ☆いろいろな暖房器具で起こり得ます。
- ☆使い捨てカイロ (一番多い原因!)
- ☆湯たんぽ
- ☆電気あんか
- ☆電気カーペット、電気毛布



●低温やけどを防ぐために!

- ① 布団から出して使用する
主に湯たんぽになります。湯たんぽは布団が温まったら取り出して就寝しましょう。
- ② 一定時間ごとに位置を変える
同じ場所に触れ続けないように位置を変えましょう
- ③ 厚手のタオルや布で包む
必ずしも効果はありませんが、厚手のタオルや布をかぶせることで表面温度が下がるため、低温やけどを生じるまでの時間は長くなります
- ④ 熱源を押しつけない
湯たんぽや電気あんかに足を押しつけるように乗せたり、使い捨てカイロを貼った部分にサポーターやガードルを重ねると圧迫により血流が悪くなり低温やけどの進行が早まります。

●低温やけどをしたら...

皮膚の表面はちよつとしたやけどに見えても内部が壊死し、手術が必要になるなど重症になることが多いです。滅菌ガーゼで覆い、早めの医師の診察をおすすめします。

編集後記

我が家の新年はゆつくりと過ごすことが多い、おせち料理とお雑煮を食べながら過ごすことが多いです。お雑煮は各家庭で材料も味も違います。皆さ
(岩崎)

材料 (5個分)

れんこん	300g
むきえび	60g
人参	20g
しいたけ	2個
冷凍枝豆	10粒
酒	小さじ 1杯
塩	ひとつまみ
く銀あん	100cc
だし汁	小さじ 1杯
しょうゆ	小さじ 1杯
みりん	ひとつまみ
塩	適宜
片栗粉	適宜
いくら	適宜

お正月料理レシピ

～れんこんまんじゅう～

作り方

- ① れんこんはすりおろし、軽く水をきっておく。
- ② むきえび・人参・しいたけ・枝豆はゆでて、すり鉢でする。
- ③ すり鉢の中に酒・塩を入れ、混ぜ合わせておく。
- ④ これを5等分にして具材をラップで包み茶巾絞りにし、輪ゴムで止めまんじゅうにする。
- ⑤ 蒸し器で15分蒸す。
- ⑥ 蒸している間に銀あんを作る。
- ⑦ 鍋にだし汁・しょうゆ・みりん・塩を煮立て水溶性片栗粉でとろみをつける。
- ⑧ 蒸し器からまんじゅうを出してラップを取り器に盛りつける。
- ⑨ 銀あんをかけ、いくらを乗せてでき上がり。



〒949-2112 新潟県妙高市大字関川733-20 TEL 0255-86-5321 FAX 0255-86-5322

名香山苑 在宅介護支援センター デイサービスセンター
ヘルパーステーション ショートステイ

《ホームページアドレス》 <http://www.araikeinanfukushikai.or.jp/>



◎掲載されている写真についてはご本人様及び、代理人様の同意を得ております。



デイサービス

皆さんとても熱心にクリスマスツリーの飾り付けをしていただき、合計で3つのクリスマスツリーを飾ることができました。
それぞれのクリスマスツリーはとてもきれいです。



ひだまりルームの壁面飾りのツリーです。
ご利用者様にすべて手作りして飾りを作りました。



本物のモミの木のツリーです。ご利用者様のご家族様より頂きました。電飾がされており、夕方になるととてもきれいです。



ショートステイ



毎年の恒例になりました、クリスマスプレゼント抽選会を実施しました♪利用者・職員ともにクリスマスの衣装を着用小盛り上がりでした。そして一番のメインのプレゼント抽選会です！
たくさんプレゼントのどれが自分に当選したのか、プレゼントは何だろうと会場は大賑わいでした。



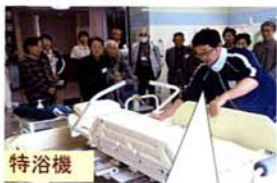
Merry X'mas



介護者教室開催！

11月9日、平成22年度の第2回介護者教室を開催いたしました。
第1回目の介護者教室終了後のアンケートに、名香山苑ではどのようなことが行われているかよく知らないというご意見をいただきました。そこで今回は参加者の方々に、当名香山苑のデイサービスを中心に見学や体験を行いました。
初めに、デイサービスの浴室(特浴機・座位浴機・一般浴)・ご利用者の手芸作品・朝の体操風景などや、ショートステイの浴室を見学し、その後会場を移動して午前中はデイサービスで行っている体力測定や脳トレの一部を体験しました。
昼食をはさみ、午後は歯科衛生士より『口腔機能について』講話を開き、正しい歯磨きの方法で歯磨きを行いました。体力測定や脳トレでは皆さん真剣に取り組まれ、口腔ケアについても大変参考になったとのご意見をいただきました。
「次回も参加したい」「もっとたくさんの人の参加があってもよいのではないか」とのご意見もあり、来年度はさらにご参加いただけるような企画にしていきたいと考えています。ご意見・ご要望がありましたらお聞かせ下さい。

デイサービス



特浴機

横になったまま入っていただけます。



座位浴機

となりの浴槽からお湯が移動してきます。

ショートステイ



このアームの部分からシャワーが出てきます。



皆さん真剣に脳トレ中！！



若いもんにはまだまだ負けないぞ！

体力測定



昼食は熱々コロッケに季節の食材をおいしくいただきました。



バランス感覚は最高よ！

歯ブラシはエンピツを持つようにして...

