



Q1 出身はどちらですか？
中郷の江端です。

Q2 お仕事は何をされておりましたか？
日曹の社員食堂で働いておりました。700人分の食事を作っておりました。

Q3 趣味は？
編み物や洋裁です。子どものスキーウェアも作ってね。おばあちゃんが旅行に行く時も洋服を縫ったの。インタビューを受けて頂いた方今でも編み物はしてるの。あと、花を育てたり。じっとしているのが嫌いな。



ほのぼの中郷

職員から一言 清水様

ニコニコ笑顔が印象的な清水様。料理がお上手で調理の時はアドバイスをいただきます。これからも頼りにさせていただきます！

Q4 ほのぼの中郷には慣れましたか？
はい。楽しくてよかったです。知ってる人もいます。

※この特集の内容につきましては、インタビューを受けて頂いた入居者様の了承を得て掲載しています。

まとめ知識

今回のテーマは...【ヒートショック】

寒い冬の発生率が格段に高くなる症状がヒートショックで、温度差による肉体的ショック症状のことを言います。ヒートショックが起こりやすいのは体の弱い高齢者で、特に風呂で起こることが多いです。暖房の効いた暖かい部屋から冷たく冷え切った浴室で、熱いお湯への入浴が心臓に大きな負担をかけてしまうのです。温度変化が急激すぎると血圧が一気に上下して、心臓や全身の血管に異変が起きます。ヒートショックによる心筋梗塞・脳梗塞・脳卒中・不整脈のリスクは高く、軽く失神だけの場合でも浴室で滑って頭を打つなど、二次的な危険が伴います。お風呂でのヒートショック防止策として

- ①脱衣所を暖房で暖める
- ②湯船のフタを開けておく
- ③シャワーでお湯をはる
- ④夕食前に入浴する
- ⑤一番風呂をしない
- ⑥湯温41℃以下



を心掛けると良いでしょう。

高齢者に多いヒートショックですが、誰にでも起こり得る症状でもあります。家族全員がヒートショックに注意して、自分のことだけでなくみんなが無事お風呂に入れているのか気にかけることも有効な対策となるでしょう。みんなで、ヒートショックを防ぎましょう。

寄贈物品・寄付

ご家族の皆様及び地域の皆様より、みのりの丘中郷へ寄贈品及び金品をいただきました。誠にありがとうございました。
藤井信行様 松本裕子様 丸山貞幸様
高橋博史様 久保田まき子様 丸山慶治様 (順不同)
【令和2年10月～令和2年12月末日】
※寄贈品・金品の内容については省略させていただきます。ご了承ください。

編集後記

新年あけましておめでとうございます。12月は突然たくさんの雪が降り驚きました。まだまだ、寒い日が続きますが、今年こそは皆様との触れ合いが少しでも戻ればいいと思っています。今年も「みのりの丘だより」をよろしくお願いいたします。

苦情申し立て 期間中、苦情の申し立てはありませんでした。今後もサービス向上に努めてまいります。ご遠慮なくご意見をお寄せください。

★掲載している写真は、ご本人又はご家族の了承をいただいております。ご厚意に感謝申し上げます。
★インターネットブログにて、みのりの丘の日々の様子を公開しております。ぜひ、ご覧ください。

みのりの丘
だより



目次

- 表紙…正月の作品（あすなろの入居者様による作品です）
- 2、3P…各事業所クリスマスと最近の様子
- 4P…特集「入居者様にインタビュー」、「まとめ知識」 他



社会福祉法人 新井頸南福祉会

◇地域密着型介護老人福祉施設 みのりの丘中郷◇ ◇グループホームあすなろ◇
◇小規模多機能型居宅介護事業所 ほのぼの中郷◇ ◇えんじゅの郷デイサービスセンター◇
〒949-2302 新潟県上越市中郷区藤沢998番地1
TEL 0255-74-2525 FAX 0255-74-2533



10月から12月にかけての 活動内容をお伝えします。



今年度は感染症対策の為、行事の実施がなかなか難しい状況でした。それでも皆様のご協力もあり、楽しく過ごして頂けました。
上段はクリスマスの様子、下段は普段の様子です。ぜひご覧下さい。



からまつ



さくら



はなみずき



こもれび & ひだまり



ほのぼの中郷



えんじゅの郷



みのりの丘 (特養)

からまつ



秋のお茶会



冬まで咲きました。

さくら



秋風が気持ちいい



昔を思い出して...

はなみずき



プリンアラモードだよ♪

あすなろ (グループホーム)

こもれび



お手伝い

歌に合わせて
頑張ってます

ひだまり



おやつ作り

ジャンボ風船バレー

ほのぼの中郷 (小規模多機能)



塗り絵に集中!



手分けして
盛り付け



手際よく編み込み
もちを干します
(かき餅作り)

えんじゅの郷 (デイサービス)

デイサービスでは、園庭の畑でサツマイモを作りました。収穫した際のサツマイモ茎を使って、創作活動でリース作りをしました。



みなさん一生懸命に取り組みました。それぞれ作った方の個性が出ていいですね(*^-^*)