

あかねにゅーす

2017年

12月号

デイサービス
センター

あかねの里



12月の予定

ハーモニカ 12/4

アコーディオン 12/6・25

懐かしバンド・似顔絵 未定

寒くなりましたね

でも、あかねの里は笑い声が響いて、ポカポカな気持ちで過ごしています。「今日は寒いね」と厚着で来所された方が、「ここにきて、しゃべって笑って暑くなったわ～」と言って頂けるとスタッフも嬉しくなります。

これからどんどん寒くなる一方ですが、あかねの里は楽しく元気に冬を乗り越えたいと思います。

ボランティアにいられていた方から福島県のりんごを頂きました。たくさんのおりんごを見て、「昔、行李いっぱいのおりんごが買ってあって、まずそのりんごを食べてから、母さん今日のおやつは？って言ってたなあ」と、思い出を嬉しそうに話して下さる方があって、そこから色々な話につながり、聞いていた周りの方も会話に入って、りんごをいただきながら美味しく楽しい時間になりました。

美味しいものを食べ、楽しい話で笑い、時には真剣勝負のレクリエーションで盛り上がり、寒い冬を皆さんと元気に過ごして行きたいと思っています!(^^)!

～（中村）～

空気が乾燥しています！

冬になると、空気が乾燥してきます。

空気が乾燥することで肌がカサカサし、粉を吹いて痒みがでたり、喉がガラガラしたりして風邪をひきやすくなったり、脱水症状を起こしやすいなど、様々な弊害がおこります。最近、暖房にエアコンが使われていることも多いので更に乾燥を助長してしまいます。

お部屋の乾燥を防ぐために、あかねの里でも、タオルや、洗濯物を室内に干す。霧吹きで水をまく。植物を置く。など生活様式に合わせた乾燥対策はしていますが、温かい飲み物をゆったり頂いたり、入浴後にボディクリームを塗ったりしてケアをしたいものです。

先日、調理員さんのお庭でできた、柚子を沢山いただき、ボランティアさんが手作りの柚子ジャムを作ってくれました。ヨーグルトに入れたり、パンにぬったりしていただきました。美味しいのですが、あかねの里では水分補給と喉の健康の為に、ゆず茶にしていたいただきました。柚子のいい香りと甘くて温かい飲み物は、気持ちまでリラックス出来てほっこりとした時間を過ごすことができました。調理員さん、ボランティアさんに感謝です！

～看護部（八瀬）～

