



2017年

2月号

デイサービス  
センター

あかねの里



## 2月の予定

似顔絵 2/6 (月)

ギター 未定

アコーディオン 2/3 (金) 2/20 (月)

### 厳しい寒さが身にしみます。

朝晩の冷え込みが強く、送迎の車のフロントガラスが凍ってしまいう日もあります。でも、冬至を過ぎてから、少しずつ昼の時間が長くなったり、梅の花が咲き始めているのをみかけると、春が待ち遠しくなります。

1月は、お正月気分を味わうのに、書初めや福笑いなどをして楽しみました。墨をつけた筆をいざ手にすると、背筋が伸びて少し緊張もしますが、「賀正」「福寿」「茜」などすばらしい作品がいくつもできました。

日頃、鍛えている百人一首も2チームに分かれて対抗戦にして行くとより一層の盛り上がりでした。

1月には、100歳のお誕生日をおかえられるご利用者様がいらっしゃいました。あかねの里始まって以来のおめでたい出来事でした。スタッフを含め周りの皆さんに喜びをわけて頂いたことに、とっても感謝です。おめでとうございました！

## ヒートショック！

あかねの里は、部屋があまり広くなく（残念！）トイレやお風呂が、ダイルームとドアだけで仕切られる形になっています。そのせいで部屋と風呂場やトイレとの温度差が比較的少ないのですが、ご家庭では、風呂場やトイレは、廊下があったり離れていたりして、ちょっと寒いのではないのでしょうか？

ヒートショックとは、温度差によって血圧や脈拍が急激に変化する状態のことで、脳や心臓が影響を受けて、時には命にかかわることもあります。

脱衣場やトイレに暖房器具を置いたり、服を脱ぐ間、風呂場のシャワーを出しっぱなしにして暖めておいたり、ちょっとした工夫をしてみてください。

また、長風呂は血管が広がって血圧が下がったり、眠くなったりして、溺れてしまうという事故もあるようです。お年寄りの冬の入浴は、注意が必要です。

「気持ち、いい～」 「極楽～」 と言って頂くあかねのお風呂ですが、体調などの気になる事は何でもお知らせいただいて温泉気分目指します。

～看護部より～

