

手稲ロータス会 新理事長紹介

去る6月23日(木)に開催された理事会において理事の互選があり、「羽田 克己」前副理事長が「理事長」に就任いたしました。

なお、菱輪前理事長は「名誉理事長」に就任いたしました。

ー羽田理事長より挨拶ー

日頃から当法人の運営に当たりまして、ご利用者様をはじめご家族、地域の皆様からの暖かいご支援とご協力を賜り厚くお礼申し上げます。

6月23日の理事会において当法人の新理事長として推薦をいただき理事長に就任いたしました。すべての人にもてなしの心をもって、地域の皆様に信頼される事業の運営に全力を尽くし、皆様のご期待に添うべく努力する所存でございます。

ロータス会も事業開始から27年が経過し、今では手稲と十勝音更に5つの施設を設け、地域における福祉の拠点をめざして各種事業を運営してまいりました。

昨今は、社会福祉法人制度の改革による社会福祉法の改正など、大きな変革を求められております。

このような状況の中、新たな時代の要請に応えるべく、地域の皆さまから信頼される施設となるよう職員一同取り組んでまいります。

引き続き当法人に対し、ご支援・ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

社会福祉法人手稲ロータス会 理事長 羽田 克己



開設記念式典

5月15日(日)に、第8回目に当たる開設記念式典を開催しました。(開設:平成20年5月1日)

当日は、職員によるYOSAKOIソーランの披露と、地元、音更三弦会の皆さんによる三味線と民謡をご披露して頂きました。

これからも、ご利用者様がお元気にお過ごしになり、ともにお祝いできますよう、サポートしてまいります。



音更三弦会の皆さんありがとうございました。

▲ ロータス音更
YOSAKIチーム
「蓮」



鈴蘭保育園の園児の皆さんが来てくれました。

5月19日(木)に、当施設に隣接する「鈴蘭保育園」の皆さん36名が、当施設を訪れました。

入居者の皆様に、園児の皆さんと触れ合い、楽しんで頂くために毎年計画している行事です。今年は、歌とダンスが披露されましたが、園児の皆さんの元気なダンスや割れんばかりの大きな歌声に、入居者様は、大きな拍手で応え、満面の笑みや温かい眼差しで見守っていました。

歌とダンス終了後には、園児の皆さんが入居者様お一人おひとりと握手をしてお別れしました。



お別れの握手!



元気なダンスを披露してくれました!

来年も待っていますね!

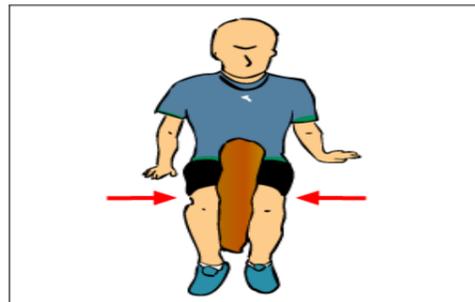
機能訓練指導員から

《座って行う簡単リハビリ体操 ~その⑤》 太ももを内側に閉じる

股関節を閉じる筋肉を鍛えます。
身体の重心を内側に引き寄せ、立った時や歩行時の動作を安定させます。

〈方法〉

- 1 床に足をつけて膝を開いて座る。
- 2 膝をくっつけるように内側に閉じる。
・5~10回繰り返します。
・柔らかいボールやクッションをおしつぶすようにすると負荷がかかりより効果的です。



医務室からのお知らせ



【 熱中症対策と対応 】

熱中症のメカニズム

私たちの身体は、体温を一定に保つために皮膚から熱を放散しています。

しかし、外の気温が上昇すると放散する熱量が減り、体温を下げることができなくなってしまいます。

これが、熱中症です。

熱中症対策

- ① 三食栄養のあるものをしっかり食べる。
 - ② 十分な睡眠をとる…基本的な生活習慣を整えることがまず第一です。
 - ③ 外出時に帽子を被る。
 - ④ こまめに水分をとる。
 - ⑤ 室内では換気することも大切です。
- 熱中症には、危険度が低い順に熱痙攣(けいれん)(軽度)、熱失神(軽度)、熱疲労(中程度)、熱射病(重度)の4種類があります。
- 熱痙攣 …… 体の痙攣、硬直、発汗

管理栄養士から

※非常食について

東日本大震災や4月の熊本地震等では、地震直後、「飲み水や食べ物が無い」という報道を多く耳にしました。

ロータス音更では、万が一に備え、三日分の非常食を備蓄しています。

内容としては、飲み水のほかに、熱源がなくても食べる事ができる缶詰やレトルト等の食品、飲用に必要な使い捨て容器等を用意しています。

※献立紹介

開設記念式典



常食

七夕ゼリー



鶏めし弁当



ムース食

- 熱失神 …… 意識の喪失、発汗
- 熱疲労 …… 発熱、皮膚が冷たくなる、多量の発汗、吐き気、めまい、頭痛
- 熱射病 …… 発熱、意識障害、発汗が無く皮膚が乾く

熱中症の対応方法

- ・ 涼しい場所へ移動する
- ・ 衣服を緩める
- ・ うちわや扇風機で風邪を送る
- ・ 手や足のマッサージをする
- ・ 足の付根や首、脇を冷やす
- ・ 水分を補給する

《500mlのペットボトルで作る! 熱中症対策ドリンク!》

- ① 水 450ml
- ② お湯50ml
(蜂蜜と塩が溶けるくらいの熱さ)
- ③ 蜂蜜 大さじ1
- ④ 塩 小さじ1/4
- ⑤ ポッカレモン 大さじ1



看護師
上野 まゆみ

5月からロータス音更に入職し、医務室で勤務しています。まだ不慣れなこともありますが、よろしく願い致します。



「そば打ち」行事

6月1日(水)、2日(木)に、全十勝手打ち蕎麦推進協議会の方々にボランティアとしてご協力をいただき、2日間に渡り、入居者の皆さまにそば打ちの実演を披露していただきました。

また、実際に入居者様にも、そば打ちを体験していただくことができ、当施設では初めての行事でしたが、皆様楽しんでいただけたのではないかと思います。

あっという間に打ちあがった出来たての蕎麦を皆様

に食べて頂き、いつもとは違う味を楽しんで頂きました。



全十勝手打ち蕎麦推進協議会の皆様、ありがとうございました。



一緒に作りました。

はなみずき・もくれん

花見外出 5月20日(金)



晴天に恵まれたので、「むつみ公園」と「ハナック」へ出掛けました

買い物行事 5月30日(月)



音更のフクハラへ行きました！
今川焼が美味しかったです♪

外食行事 ゆう天へ 6月23日(木)



久しぶりでの外食は、大満足でした。

今月の新聞担当：藤沢

やまぐわ・すずかけのき



親子で、お買物！



みんなでピース

外出行事(5月18日(水))
&
お買いもの(5月25日(水))

あったー！
コーヒー牛乳♪



たまらんな～。

今月の新聞担当：渡辺・水内

5月6日(金)、「鈴蘭公園」へ桜を見に行ってきたよー晴天で満開の桜でした☆



ななかまど・きたこぶし

6月21日(火)、「六花亭」に美味しいデザートを食べに皆さんと♪
女性は、甘い物には目が無いんです！
おいしかった～(^v^)

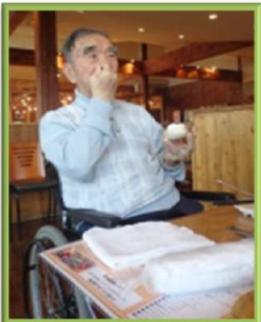


5月23日(月)、ピクニック行事で「ハナック」へ行ってきました！
天気も良く、散歩日和で、皆さん楽しそうにされていて、笑顔いっぱいでした。

今月の新聞担当：大丘・霜野

やまもみじ・まるにえ

個別外出(ウエスタン木野店)



6月20日(月)に「ウエスタン木野店」へ行って来ました。焼肉や中華、果物にデザート、たくさんのメニューがあり、満腹になるまで頂きました。



個別外出(はごろも亭)

買物外出(OK音更店)



6月16日(木)、今年初の買い物外出でした。日用品や手芸用品、嗜好品等を購入され、皆さんとても喜ばれていました。



6月29日(水)に、「はごろも亭」へ行って来ました。
皆さんとてもおいしいと話され、次回を楽しみにされておりました。帰りに音更に新しくできた、「あさひや」へ行き、ソフトクリームをペロリ。

今月の新聞担当：石川