

社会福祉法人 ふたぼ園

2024年10月号

発行 第314号

さんみ苑だより！！

施設長あいさつ

先日、人間ドックの結果が返ってきました。20代の頃は、不安なく確認できていた結果表ですが、年を重ねた近年は、冷や汗をかきながらひとつひとつの数値を確認しています。

病気には自分で気付けるものとそうでないものがあるで、年に1度、自分の体をチェックすることはとても大切です。皆さんも各種検診を活用し、病気の早期発見や対策に努めてください。

デイサービス（高齢）

秋というにはまだまだ暑い気候が続いておりますので、体調管理には引き続き注意しましょう。夏場だけではなく、水分補給はしっかりと！

秋にも様々な顔がありますね。〇〇の秋といえば…

紅葉の秋、読書の秋、食欲の秋、実りの秋、芸術の秋などなど

みなさんにとっての秋はどのようなイメージでしょうか？

デイサービスでは、スポーツの秋にちなんで『ハロウィン運動会』を開催予定です。お楽しみに♪

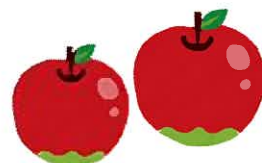


障がい者支援・グループホーム

猛暑の夏から9月に入り、朝晩の気温は若干下がったように感じましたが、日中は真夏日が続く暑い秋の始まりとなりました。

さんみ苑障がい者支援部門は、苑全体での大きな行事はありませんでしたが、少人数での喫茶外出や買い物外出などを楽しんだりしました。また、デイサービスに来訪された銭太鼓の鑑賞にも参加させていただき、“芸術の秋”を楽しむことができました。

10月は萩市内で開催される『着物ウィーク in 萩』に参加して着物を着て城下町を散策したり、リンゴ狩りで“食欲の秋”を満喫したりするなどの企画を考えています。



高齢者相談支援

④ 今さらながらの介護保険・・・・

担当の介護支援専門員さんが決まったら

今出来ていることを維持できるように、介護サービスを利用しながら、自宅で生活し続けるように相談しましょう。

▼介護サービスにかかる費用

介護サービスを利用した場合、原則 1 割から 3 割負担。

※黄色の介護保険負担割合証に負担の割合が記載されます。

▼要介護状態区分（要支援 1～要介護 5）によって、支給限度額が変わります。

※介護度に応じて、利用できるサービスの上限が違います。

ご不明な点、お問い合わせなどありましたら、萩市在宅介護支援センターさんみ苑 (27-5000)でも、相談対応いたします。

厨

房

「食品ロス」という言葉をご存じでしょうか？

まだ食べられるのに捨てられてしまう食品のことを言います。

10月には「食品ロス削減強化月間」、10月30日は「食品ロス削減の日」です。日本では年間 472 万トンと推計されています。これは国民一人当たりがお茶碗 1 杯分の食べ物を毎日捨てている換算になります。もったいないと思いませんか？

さんみ苑では、利用者の皆様に残さず食べていただけるように日々工夫して食事を提供しております。ご家庭では、必要な量だけ購入して、食べきることが食品ロスを減らすポイントです。これを機に、食品ロス気にしてみませんか？

編 集 後 記

秋は、いつやってくるのでしょうか。彼岸花は、きれいに咲いてくれますが、気温はなかなか下がってくれません。また、湿度も高いため、皆様、夏の疲れがどっと出ないようにと、願うばかりです。夏よりも、紫外線が皮膚、目に影響を与える秋です。白内障の予防のためにも、サングラスをかけたりして、目を保護しましょう。体力が落ちて、带状疱疹になる方もおられます。しっかり食べて、休みましょう。

今月もお読みいただきありがとうございます* 杉本

高齢の方や障がいをお持ちの方、介護をされているご家族の方の在宅生活を応援します。生活の中での悩みやお困りごとなど何でも構いません。

介護保険に関する問い合わせにも対応いたします。

お気軽にご相談ください！ ※個人情報(秘密)は厳守いたします。

住所

〒759-3721
萩市三見 3852 番地 1 (蔵本)

電話

2 7 - 5 0 0 0

高齢は杉本、障がい(入所、通所の相談)は、山下、倉兼、河部が対応いたします。