

あさみぞハウス便り

ひまわり



第 77 号令和 3 年 12 月 1 日

社会福祉法人 喜楽会
小規模多機能型居宅介護 あさみぞハウス
相模原市南区当麻 893-8 ☎042-711-9435



朝晩の冷え込みが厳しくなってきました。紅葉を見に宮ヶ瀬湖畔園地に行きました。この場所からの景色は本当に素晴らしです。サツマイモの収穫時期となり芋ほりを行いました。土の中から大きいサツマイモがどっさり出てきました。



時間が経つのはとても早く、もう12月になります。あさみぞハウスでも12月20日にクリスマス会を行います。スタッフの子供たちが飾り付けを作ってくれました。今月の壁画は12月にぴったりのサンタとトナカイです。ご利用者の皆様とスタッフで完成させました。



健康だより

～免疫力を高めよう！～



新型コロナウイルスも含め、私達の周りにはたくさんのウイルスが存在しています。免疫力はそんな細菌やウイルスから我々を守ってくれています。免疫力を高めるには①適度な活動性と休養、②身体を温める、③ストレスを減らす、④腸内環境を整えるなどです。身近にできることは、7時間以上の睡眠、日中ゴロゴロして過ごさない、良質なたんぱく質やビタミンA・C・Eの摂取などがあげられます。これから冷える日がますます増えていくと思いますがおうちでゴロゴロはなるべく我慢しましょう。

11月の事故・苦情・相談件数

ヒヤリハット	10件	転倒未遂
		誤薬未遂 その他
事故	7件	落薬 転倒
		異食 その他

12月の予定

2日	制作クラブ
3日	制作クラブ
15日	喫茶ひまわり
20日	クリスマス会

あさみぞハウスではご利用者を募集しております。見学をご希望の方はご連絡下さい。また、介護相談も承っておりますのでお気軽にお電話ください。

☎042-711-9435 担当：仲田

「ひまわり」は喜楽会のホームページでも
ご覧になることが出来ます。

あさみぞハウス

検索

あさみぞハウスでご利用者が過ごしている様子をご家族の皆様にもっとご覧になっていただくためFacebookにあさみぞハウスでの日常生活を投稿しています。ぜひご覧ください。



あさみぞハウス
で検索してみてください