



# 紙ふうせん

だより

2019年2月如月  
月刊第89号  
矢崎総業株式会社地域密着事業企画部  
2019年2月10日発行

## 大人の社会見学



明治神宮で初詣 &  
とげぬき地蔵参りと  
地蔵通り商店街散策



巣鴨地蔵通り商店街では  
美味しい昼食を頂いた後  
名物の塩大福を買ったり  
赤パンで有名なお店へ  
寄ったりしました。



1月19日は、晴天に恵まれ曇ひとつない  
天気の中を散策する事ができました。  
帰りは、海老名サービスエリア(下り)にて  
本日最後のショッピングをして、交通渋滞も  
ケガもなく無事に家路につく事ができました。

明治神宮



### 夫婦楠(めおとくす)

拝殿の近くにある2本のご神木には  
「夫婦円満」「家内安全」「縁結び」  
の御利益があるとされています。



とげぬき地蔵尊高岩寺では  
山門横の売店でお線香と  
御身拭い(タオル)を購入して  
聖観世音菩薩像に水をかけ  
自分の悪い所を洗うと治ると  
言われています。(当日は、  
40分ほど並んだそうです。)



## \* 居宅介護支援 \*

## ヒートショックに注意!



寒い時期に注意したいのが「ヒートショック」です。これは急激な温度の変化に血圧が急変することがもたらす健康被害の事です。血圧の急変により、脳出血や脳梗塞、心筋梗塞などを引き起こす恐れがあり、高血圧や動脈硬化の傾向のある人、とりわけ高齢者は注意が必要です。

ヒートショックに気を付けたい場所は、浴室や脱衣所、トイレです。

寒い脱衣所で服を脱いで冷え切った浴室に入ると、血管が縮んで血圧が急激に上がります。

トイレは寒さに加え、排泄時にいきむことで血圧が急上昇することもあります。

予防するには、脱衣所、浴室、トイレなどを温めて気温差を少なくすることが大切です。

## \* 機能訓練デイサービス \*

### 家庭菜園

白菜を収穫しました。  
今年は、しっかりとした  
白菜が出来ました。  
紙ふうせんで飼っている  
ウサギさんにも  
少しおすそわけです。



ブレンダーを使い  
白菜のポタージュを作りました。  
牛乳とコンソメ等で  
やさしい味に仕上がりました。



お気軽にご相談ください  
ヤザキケアセンター 紙ふうせん  
TEL 055-965-0633



矢崎にお勤めの方に関係なく  
ご利用になれます。  
見学も随時受け付けております。



**\* グループホーム \***



牛乳パックで  
なんちゃって  
ジェンガ



おとっと  
身長より  
高いよー



そっと 落ち着いて  
積み上げるよ



**お誕生日おめでとうございます！**

1月の誕生日の方が3人もいらっしゃいました。  
みなさん元気に誕生日を迎えられました。  
これからも身体に気を付けて  
一緒に楽しく過ごしましょうね。

**\* コミュニティサロン \***

割り箸でつぼうを作り、  
的当てに挑戦しました。

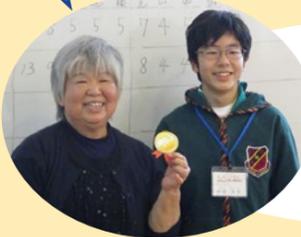


**これからの予定**

**2月23日(土)**

**3月9日(土)・30日(土)**

私が優勝しました



年明け最初は、  
カルタ取り大会。  
勝負に男女も年齢も  
関係ありません。  
白熱した戦いになりました。

ライオンズさんによる口腔ケアでは、「口は命の入り口こころの  
出口」と題して講義をして頂きました。引き続きライオンズさん  
による歌とギターとトロンボーンの演奏が行われました。  
話にも歌にも聴き入ってしまいました。



**\* デイサービス \***



紙ふうせんの菜園の白菜で  
浅漬けを作りました。  
昼食に美味しく頂きました。



一富士二鷹三茄子!おみくじ引いて  
大吉を当てて、今年も楽しくなりそうです。



**2月の行事・ボランティアさんの予定(デイフロアー)**

日	月	火	水	木	金	土
					1 体操ボランティア 「ジョットYYYクラブ」	2 恵方巻き
3	4	5	6	7	8 体操ボランティア 「ジョットYYYクラブ」	9 コミュニティサロン
10	11	12	13 音楽ボランティア 「オカリナおじさん」	14 音楽ボランティア 「サクソ演奏会」	15 笑いヨガボランティア 「笑いヨガ」	16
17	18	19 体操ボランティア 「ジョットYYYクラブ」	20 音楽ボランティア 「三味線」	21 もちつき	22 体操ボランティア 「ジョットYYYクラブ」	23 コミュニティサロン
24	25	26	27	28 唄ボランティア 「すばる」		

※予定している内容が都合により変更になる場合がございます。ご了承ください。※本新聞に掲載している個人写真につきましては許可の下掲載しております。