数老園だより

令和6年度1号

編集・発行

公益財団法人星総合病院(指定管理) _____

☆職員紹介☆





田辺看護師

令和5年12月から配属になりまし た田辺晃子(たなべあきこ)です。 認知症看護認定看護師として星 総合病院、星ヶ丘病院に勤務して おりました。

入園者のみなさまの心身の健康維 持のためお力になりたいと思ってお ります。よろしくお願いいたします。



三箇相談員

令和6年4月から配属にな りました三箇顕人(さんがあ きと)です。

入園者皆様の生活と心に 寄り添う相談員になれるよ う努めてまいりますので、よ ろしくお願いいたします。

気軽にお声かけください。

入園者紹介

☆吉田さん☆



たつ

ペーパークラフトで作品を作るのが得意な吉田さん♪ 町の高齢者作品展へ出展や普段の生活の中で作成しています!











★干支の動物たちの作品を作りました!



おでくや

「わたしはダレでしょう?」ゲーム!!



皆さんスクリーンにくぎ付け
●
周りを見渡しながら回答!!







大根 たまご さつまあげ





焼きちくわ がんも

☆5種類から3種類 選んでいただきました**%**!



皆「あったかくておいしいー!」と会話を 楽しみながら召し上がっていました♪♪

(栄養)

テーマ - 便について -

皆さん 便には色んな情報が分かることを知っていますか?



便が外に出るまで・・

- ①食べ物を食べる
- ②胃/腸などで栄養をからだの中に消化/吸収
- ③からだの外に出す(排便)
- ※ からだに要らない食べ物のカス/水分/菌

便で健康チェックポイント その①

●色

健康な便は黄土色~茶色!

※ 腸の中に便がある時間が長いと色は濃い

●重さ

トイレの水に浮くとベスト!!

※沈む場合は、食物繊維が足りない可能性が!

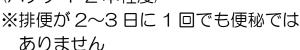
4~6月の行事予定

≪4月≫≪5月≫≪6月≫じゃがいも植え 家族懇談会老人健診くつろぎカフェ おやつバイキング 駄菓子屋

便で健康チェックポイント その②

●硬さ/量

バナナ状の軟らかい便 (バナナ 1-2 本程度)



●におい

においの原因→腸内の菌によるもの!

肉・脂っこいもの多い

→嫌なにおいが強い

= 悪玉菌が多い

善玉菌が多い → においは抑えられる ※「納豆」「ヨーグルト」等の発酵食品

養護老人ホーム三春町敬老園

〒963-7752 三春町字六升蒔 50-1



Tel. 0247-62-3618

Fax. 0247-62-3659

(担当:三箇・遠藤・齋藤)