



# なごみ つうしん

いつも  
ありがとう



2021年

vo. 101



## “感謝の気持ちを込めて” \* 敬老会 \*



気が付けばもう10月。暑い日差しも落ち着き、だんだんと涼しく過ごしやすい気候となってきましたね。今年も早いもので、残すところあと2ヵ月となりました。皆さんはいかがお過ごしでしょうか？

当施設では、先月22日(水)に入所者様へ日頃の感謝の気持ちを込めて「敬老会」を開催しました。

(今回も感染対策の観点から各階での実施とさせて頂きました)  
まずは職員から祝い年の方々へ、お祝いの言葉を添えた写真付き色紙をプレゼント♪次に前座として職員の余興「チキンレース」!キャスターチェアに座ってゴールの線ギリギリに近づけられるかを競います。

その結果…距離を誤った職員は顔面パイの罰ゲームを受ける羽目に  
🍦クリームまみれの職員を見て入所者様は大喜び♪

そして最後には。。。とっておき!入所者様のお祝いの為に駆けつけてくださった和楽器演奏集団「独楽(こま)」さんの登場☆目の前に繰り広げられる2本の三味線による息を飲む音色の掛け合いや、和太鼓の迫力ある生演奏に皆さん大変喜ばれていましたよ😊

こうして今回も、皆様のご長寿と健康をお祝いできることが出来ました。それもひとえに、ご家族等の日々のご支援があってこそ。職員一同、感謝の気持ちを忘れず、これからも入所者様に喜んでもらえるような行事を実施していきたいと思えます。



## 10月20日(水)は床ずれ予防の日

10月20日(水)は「と(10)こず(2)れ(0)」の語呂合わせにちなんで「床ずれの日」が制定されました。定期的に体位交換を行い、姿勢を変えて床ずれ(褥瘡)を防ぎましょう。お尻やかかとの皮膚が赤い、皮膚の下が硬いなどの症状がみられたら床ずれができやすい、あるいは出来ている状態の場合があります。

床ずれの予防にはタンパク質・亜鉛・鉄などの栄養が大切です。皮膚の弾力を強くし、皮膚の老化を防止するコラーゲンを多く含む手羽先や魚のあらなどをスープに利用するのがおすすめです。

皆さんも普段の健康管理に加えて、皮膚の健康を考えて栄養面を少しだけ意識してみるのも良いかもしれませんね。



介護老人保健施設  
パークサイド  
なごみ

医療法人河和会

大阪市東住吉区公園南矢田3-19-12  
tel 06-6606-2211  
http://psnagomi.com