



日本福祉介護サービス

2024 第5号

小規模多機能 **すずかぜ東山**



4月の
思い出

お花見ドライブ

天候に恵まれた4月、例年より早く咲いた会津桜。皆様と春の喜びを感じながら、桜の名所を巡って参りました。季節と笑顔を大事にした活動を支援していきます。



***より良い施設を目指して、
社員一同日々向上を目指します***

運営推進委員会、感染症対策委員会、虐待防止対策委員会、身体拘束適正化委員会の定期開催や、社員自ら様々な研修を実施し、日々学びと実践を目指しています。安心安全に過ごしていただける場所となるよう切磋琢磨していきます。

4月はキウイフルーツを召し上がって頂きました



ビタミンCと食物繊維がたっぷりのキウイフルーツ。動脈硬化予防、便秘予防、免疫力アップ、美肌など様々な嬉しい効果があります。食を通じて美味しく楽しく健康を応援していきたいと考えています。



すずかぜサロン開催



迫力ある音楽や歌声にお客様大感激！地域やボランティアの皆様ありがとうございます！

日光浴や散歩、作品作り、食器拭きから洗濯、お掃除。日常生活を通じた交流や活動向上を大切にしています。



5月行事

- 1～7日……変わり湯
- 8日 ……青空体操
- 10日……避難訓練
- 13～14日…園芸(花植え)
- 17日……おやつレク
- 20～26日…トルト測定
- 28日……食事会(東山庵)

住み慣れた地域でいつまでも

あたたかな日差し時間が長くなって参りました。日光を浴びることは多くの利点があります。

- ①食欲や睡眠といった体内リズムを整える
- ②ビタミンDを生成し骨を丈夫にする
- ③セロトニン分泌が増え気分が安定する
- ④体温上昇、血流改善にて免疫力が向上する等の効果があります。活動を通じて日光に当たる時間を作り、健康維持増進が出来るよう支援して参ります。

主任/看護師 沖野さや香