令和４年１１月７日発行

ハッピータイムス

しもつき号

発行元
社会福祉法人　津軽富士見会
弘前特別養護老人ホーム　広報委員会
〒０３６－８２６６
弘前市大字自由ヶ丘５丁目５－３
☎０１７２－８８－１４３１
URL：http://tsugarufujimikai.com

★津軽富士見会は、『青森県介護サービス事業所認証評価制度』の認証法人です。

青森県認証 介護サービス事業所

敬老会

（9/14）ささやかながら、敬老会を開催しました。

今年の入所者様には、百寿が二名、白寿が一名と、ご長寿様が多く、とても喜ばしいことであります。

表彰された皆様には、表彰状や記念品をお渡しして、一言ご挨拶を頂いております。

「こうやって表彰してもらえるのは皆さんのおかげです。」と、涙ぐんでくださる入所者様がおられ、ありがたい気持ちにさせて頂きました。

皆様のご長寿を、心よりお祝い申し上げます。　　Ｓ．Ｎ

デイサービス

（9/20）～（9/23）今年もデイサービスの前で、焼き芋会を開催しました。
今年は数種類のさつま芋を購入しましたので、食べ比べができたご利用者様もおります。『ふかふか系、ねっとり系』どちらがお好みだったでしょうね。
時期的なものなのか、少し小ぶりなお芋購入となりましたので、来年は開催を少し遅らせてみようかと思います。　　S．N

防災訓練

（10/26）日中火災発生を想定した消防訓練を行いました。屋内避難とした為、早めに避難は完了しております。
その後、非常災害時訓練として、発電機使用方法の説明や、災害対策本部（テント）設置の模擬訓練を行い、非常時の備えとしております。

S．N

ワンポイント

お風呂に入ることの効果

①ぬるま湯が最適！
血管は拡張してリラックス状態になる。
・熱いお湯は神経が刺激され血管や筋肉が緊張して血圧が上昇する。
②内臓機能は活発になり、食欲が出てくる。
③排便、排泄の改善が期待できる。
④安眠効果も得られる。
石鹸を泡立て、手のひらで肌の表面優しくなでるように洗うだけで汚れは落ちるので、ゴシゴシ洗いは肌荒れや痒みの原因になるのでやめましょう。　　K．M

行　事　予　定

１１月…入所者忘年会
　　入所者誕生会（10.11.12月生まれ）
１２月…クリスマス会
　　もちつき会
１月…入所者新年会

編　集　後　記

旬の食材の多い季節。
今年も、大根のしょうゆ漬け、赤かぶ漬けました。
大根のにしん漬けは初挑戦…
うまく漬かってるかしら…

K.M