

きざえもん新聞

こんにちは、きざえもんです。
新しい年号「令和」になり早二ヶ月が過ぎました。皆様お変わりありませんか？きざえもんのご利用者様、職員達も元気に過ごしております。
大正、昭和初期生まれのご利用者様が多く皆で歌を歌ったりワイワイお話しされたりと皆、賑やかに過ごされています。

五月は、他施設のバラ見学やマクドナルドにアイスクリームを食べに出かけたり季節ならではの風を肌で感じて頂いております。クッキングではベビーカー作りに行いました。

六月は、おはぎ作り、誕生日会など行っています。梅雨時期では中々、お出かけも少なくなる分、施設内で身体を動かしたり楽しく過ごして頂けるよう心がけています。七月には七夕。

是非家族皆様で、ご参加下さい。
何かお気づきのことがありましたら、職員までお気軽に声を掛けて下さい。



発行日
小規模多機能型
居宅介護施設
「きざえもん」

令和元年
7月1日
西条市北条232-1

TEL(0898)65-6672
FAX(0898)65-6663



第70号

今回はアロマについてお話したいと思えます。
アロマは「芳香」、セラピーは「療法」の意味を持ちます。最近では、アロマ専門店以外でも医薬品として取り入れる病院が増えています。また自宅でも知識を持って気軽にアロマを楽しめるようになりました。
アロマセラピーとは植物の様々な働きや香りの力をかりて心や身体トラブルを穏やかに回復し健康増進や美容に役立てて行こうとする自然療法です。使用するのには植物から抽出した天然の精油(エッセンシャルオイル)です。全身浴、部分浴といった入浴時や、アロママッサージ、スキンケアなど様々な形で生活に取り入れることができます。
五感の中で、唯一脳にダイレクトに伝わるのが嗅覚です。香りの分子を嗅覚がキャッチすると感情や本能、自律神経をつかさどる脳の一部に情報が伝わり体温や脈拍、ホルモンの分泌、免疫機能のバランスを整え皮膚や身体にも働きかけることがわかっていきます。

代表的な精油

- ・ラベンダー
鎮静作用がありストレスで緊張した心をリラックスさせる効果がある。
- ・カモミール
心身ともにリラックスさせ不眠症の改善に効果がある。
- ・グレープフルーツ
気持ちを高揚させ元気にしてくれたり幸福感を与えてくれ、体内の老廃物を排出させる効果がある。
- ・使用方法
入浴時、浴槽のお湯に1〜5滴の精油を落とし、よくかき混ぜて浸かる。
部分浴(足浴・手浴) お湯をはった洗面器などに1〜3滴の精油を落とし手や足を浸す方法です。
アロマに触れる機会があれば是非試してみてください。



おでかけ♪



ベビーカステラ作り



おはぎ作り



あんこを
丸めて
きな粉と
あんこ
バージョン♪
皆で
美味しく
頂きました🍴

レクリエーション



平成から令和へ



皆さんに**新しい年号への意気込み!**聞いてみました(^^)/

- ・健康で長生きする!
- ・美味しいものをたくさん食べる!
- ・家族皆が**幸せ**に暮らす!

☆色々とお話しを聞かせていただきました♪

お話し下さった皆様、ありがとうございました😊



勉強会 & 避難訓練 & 心肺蘇生法



今年も素敵な年となりますように♡



カメラを向けると皆さん
最高の笑顔を見せてくれます♡

創作活動



水芭蕉に
ちぎり絵
皆さん
とても熱心に
されていました😊



今年は、あじさいロードへお出かけ
することが出来ませんでした
がきざえもんの中庭から少し見える
あじさいを利用者様に見て
楽しんで頂きました🌸
あじさいには小さな
花の集まりから
「家族団欒・家族の結びつき」という
花言葉が近年では使われているそうです。

お知らせ

7月の予定

- ・夏祭り
- ・クッキング
- ・誕生日会
など

多賀の里 夏祭り

7月20日(土)

受付17:45～

プログラム

開始18:00～

道前太鼓18:15～

盆踊り18:45～

抽選会19:15～

屋台

焼きそば

コロッケ

ジュース

フランクフルト

ゲーム・創作

駄菓子すくい



平成31年度第2回地域運営推進会議を
第3木曜日に行います。

7月18日(木曜日) 午後2時より3時まで
グループホーム多賀の里・フロアーにて開催します。

地域の方々、利用者様、ご家族の皆様方と交流を
深めることが出来ればと思っております。

館内の掲示板に沢山の作品を展示しています。

多くの方々にご覧頂きたいと思えます。

また、きざえもんでは出来る限り、今の家や住み慣れた地域
で在宅生活を続けていきたい方を応援いたします。

お問い合わせ、見学は毎日対応しています。

気軽にお越しください。

