

よいどこいの理念
その本人の存在感が最期までそこにある暮らしを支援する
その人らしく最期まで生ききる暮らしを支援する
楽しく、明るく地域の方と地域の中にとあり続ける



明けまして

おめでとうございます



お腹を10cm引っ込めます。欲張ってもう一つ宝くじ当てます！！(黒岩)

楽しく明るく、みなさんと過ごす一年にします！！(市原)

笑顔で元気に過ごす。何かにチャレンジ！！(鶴田)

元気な子供を産む！！強い母になります！！(大山)

健康で過ごし、体を鍛える！！(小山)

小さな親切と、大きな思いやりを持った年にします！！(清水)

ケアマネ試験、一発合格！！(川村)

昨年より、良い年にします！！(工藤)

健康で明るく楽しく！！(竹下)

笑顔を絶やさず、ご利用者に元気を与えられるように頑張ります！！(林田)

笑顔で対話できるようにします！！(大橋)

健康で笑顔の一年に！！(塩川)

元気に明るく、優しい母になります！！(野間)

新しい事に挑戦する！！地域の太鼓踊りに参加する！！(原野)

新年明けましておめでとうございます。昨年は沢山の方々のご協力を頂きまして、みなさんと楽しく一年を過ごすことが出来ました。ありがとうございました。新年のスタートにスタッフ一人一人、抱負を掲げてみました。今年もスタッフ一同頑張っていきますので、どうぞよろしくお願い致します。地域サポートセンター よいどこい一同

新年に向け

沢山の方々が手伝いに来て下さいました。
おいしいそばをみんなで食べました(^-^)



今回は里芋を入れた餅も作りました。
粘りがあるけれどくっつかずに食べ
やすく、おいしかったです。
お勧めです！試してみてください。

よいどこい豆知識

～脱水～



* 今月の研修から日常でもお役に立てる事をご紹介します *

脱水と聞けば夏をイメージしますが、冬のほうが脱水症状を引き起こしやすいと言われます。冬は湿度が下がりやすく、50%以下になりやすいです。外気が乾燥することで、知らないうちに体の水分が奪われ、脱水へと繋がっていきます。また、コタツやストーブなどの暖房器具を使うことで、より湿度が下がってしまうので注意が必要です。

人間の体にとって快適な湿度は50～60%と言われています。湿度を保つために加湿器やストーブの上にやかんを置くなど行う、また洗濯物を室内で干すことでも湿度が上がります。また一番大切なのは、水分補給をしっかり取ること。

これからが冬本番なので、脱水には気を付けていきたいものですね。 (原野)

* 地域交流スペースの予定 *

《1月の予定》

「地域のひろば」

(霧島市「地域のひろば」推進事業)

- ・アロマ教室(9日)
- ・体操教室(20日)



《1月の予定》

- 検便(6日)
- 全体会議(7日)
- 新人研修(23日)
- 旅カレッジ第一回(25日)
- 職員研修(20日)

(事業内容)

小規模多機能型居宅介護

鹿児島県霧島市

国分府中町17番8号

電話0995-48-8877

地域サポートセンター

よいどこい

発行責任者: 黒岩 尚文

ホームページ

<http://www.yokaanbe.net>



＜先月のお客様＞

地域の方々
ご利用者のご家族
他事業所からの見学者

今年も無事に新年を迎える事が出来ました。干支は未年。一つ一つの干支に由来があるのはご存知でしょうか？群れをなす羊は、家族の安泰を示し、いつまでも平和に暮らすことを意味しているそうです。皆さんも良い年でありますように(^-^)/

＜編集＞ 原野・川村

