

第29号

めぐみだより

平成25年5月1日発行

社会福祉法人 福祉の森

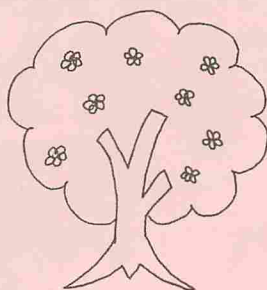
- ・特別養護老人ホーム 恵の海 ・ショートステイ事業
- ・デイ・サービス事業 ・恵の海地域相談センター
- ・めぐみのうみ居宅介護支援事業所 ・ケアハウス

〒737-2603 広島県呉市川尻町西6丁目10-1
TEL(0823)87-0280 FAX(0823)87-0282



さくらさくら

お花見会 H25.4.7.



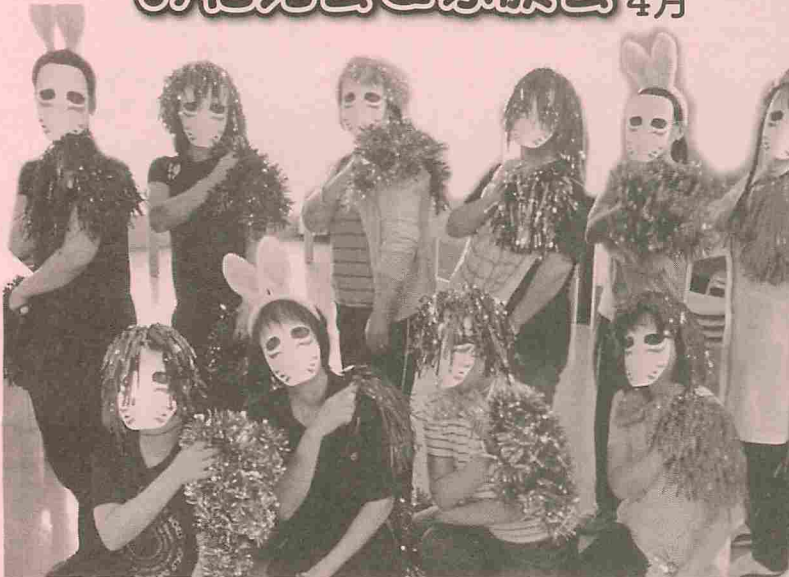
互礼会 1月



もちつき大会 12月

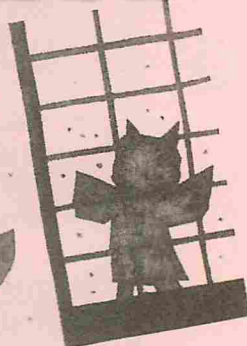


お花見会&家族会 4月



悪い子はおりませんか?

節分会 2月



ひなまつり 3月



料理クラブ いちご♡



習字クラブ

サークル活動 ちぎり絵クラブ



特別養護老人ホーム



敬老会 本條流秀芸鶯社中 様
9月



法話会

11月
真光寺 様



ガソバレ～



クリームパン
ゲット!!

大運動会

10月



クリスマス会

12月

さくらさんクリスマスコンサートですよ～

H24.12.16.

ハッハッハッハッ



コネッ

コネッ



もちつき大会

ソラッ



ヨイショ

ナニニシマスカ?

イラッシャイ

マツダ音楽同好会(やまびこ)様 一同

H24.10.21.



はくれた空



合成写真

EXILE風



沖田さんの背中では他の職員が
かくれてしまっています。

グルッ

グルッ



なぜか?
マツダの方にはじって
唄ってます。

雑音が



オカリナ演奏会 H25.3.10.

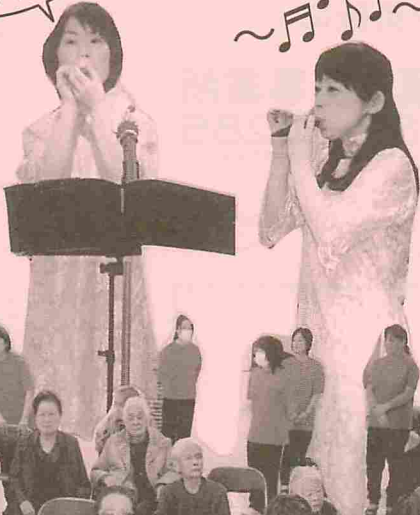
マスク三銃士



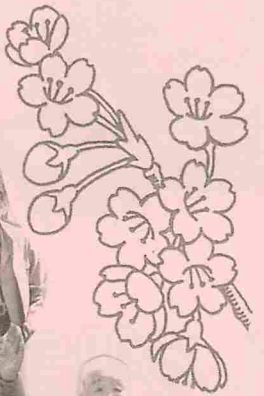
二人仲良くZ...Z...Z...

ホー
ホケキョ

~♪♪♪~



花見



ワー

ヤッホー

ピース



介護のポイント

- ♪ 介護する人の健康管理に十分注意しましょう。
- ♪ 頑張りすぎないで…応援を頼んでリフレッシュ。
- ♪ 介護保険などいろいろなサービスを利用しましょう。

介護のご相談はお気軽に

めぐみのうみ居宅介護支援事業所
☎0823-87-0285

ケアハウス恵の海



ウ～ン
パス!!



レクリエーション

毎日11:30～12:00



朗読ボランティアハートフル様によるテープを
聞きながら(広報川尻かがやき)



お誕生日
職員手描きの色紙を持って
皆様お元気です。

手芸教室

干支の押し絵



ねむり猫



ミニトートバッグ



食中毒の応急処置法

- 食中毒菌に感染してからある一定の潜伏期間後に現れます。
- 細菌性食中毒やウイルス性食中毒の場合は、急性胃腸炎などの消化器疾患の症状が現れますが、重症化すると血便や高熱、ショック症状、意識障害が現れることがあります。
- 細菌性食中毒でもボツリヌス菌などは、消化器官の症状は現れなくても、物が二重に見えたり、まぶたが重くなったり、声が出なくなったり、呼吸困難などの症状が現れることもあるので、症状が重症の場合や改善しない場合には自宅での応急処置はやめ、早めに医療機関で診察を受け治療されることをお勧めします。

食中毒症状の方への手当て



主症状：下痢・嘔吐・腹痛・発熱

●食中毒症状・嘔吐症状が出たら

食中毒の症状で特に嘔吐が見られる場合は、トイレで吐けるだけ吐くようにしましょう。

もし、トイレまで移動できない場合には吐きやすいように横向きに寝かせましょう。吐いた物が気管に詰まって窒息したり、肺に入って肺炎を起こすことがあるからです。特に小さな子供や高齢者の場合は、吐いた物が口の中にある場合は、薄いビニール手袋をした手でかき出すようにしてあげてください。

●食中毒症状・下痢がひどい場合

食中毒の症状で下痢がひどく、水様の便が出る場合もトイレで出すようにしましょう。この際に下痢だからといって下痢止め薬を飲んでしまうと食中毒の原因菌や毒素が腸内に留まってしまい症状が悪化してしまう場合があります。もし、下痢止めを飲んでしまった場合は、受診の際にその薬を持参し、医師に伝えるようにしましょう。また、下痢の症状が続くと体内は水分とミネラル不足になりますので、スポーツ飲料などで水分を摂るようにして下さい。やわらかい便になったら、おかゆを食べるようにしましょう。



食中毒予防の鉄則



[参考資料:食と健康の総合サイト e840.net]

栄養だより

たまねぎ

玉葱 血液サラサラ効果は生食で

ねぎ類に共通の香り成分で涙の原因となる硫化リアルは、ビタミンB₁の吸収を助けて新陳代謝を活発にします。また、コレステロールの代謝し、血液をサラサラにして、動脈硬化、高血圧、糖尿病、脳血栓などを予防します。なお、硫化リアルは加熱すると糖度の高いプロピルメルカプタンに変化するのでサラサラ効果を期待するなら、生食がおすすめです。

☆注目成分

糖質、硫化リアル、
ビタミンB₁、B₂、C、
カルシウム、
カリウム

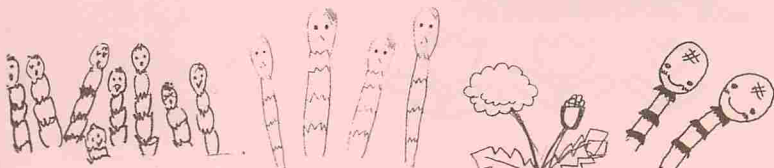


〈良いたまねぎの見分け方〉

- 持ってみて、しっかりかたく重みのあるものがよい。
- 皮に傷などがなく、乾いていて、ツヤのあるもの。
- 頭部から傷むので頭部もかたくしっかりしたもの。

☆おいしい時期☆

新たまねぎ
4月～5月



三択クイズ

たまねぎはどこの部分を食べているのでしょうか??

- ①根 ②茎 ③葉

感謝

§§§ 平成24年9月～平成25年3月受付 §§§

行事予定

5月

- ・端午の節句
- ・映画鑑賞会
- ・法話会

7月

- ・七夕会
- ・初盆供養

8月

- ・納涼会

9月

- ・敬老会

10月

- ・運動会

ご寄付

岩井 貞雄 様
川下 康子 様
上岡 清彦 様
原 日出夫 様
堀尾 正隆 様
松林 順治 様
匿名 1名 様

慰問

本條流秀芸鶯社中 様
哲泉流日本吟詠協会 様
マツダ音楽同好会(やまびこ) 様
さくら 様
民生委員 様
オカリナ演奏 中吉 郁子 様
オンブズマン 様
折紙教室 小尻先生
たんぽぽの会 様

ご寄贈

宮本 明美 様
本條流秀芸鶯社中 様
上岡 清彦 様
匿名 1名 様

ご奉仕

商工会 女性部 様
平成会 様
女性会 様

* 個人情報の掲載については、ご本人の承諾を得ています。

奉仕作業



商工会 女性部 様



平成会 様



女性会 様

編集者

谷口・初島・石田
榊原・後藤・高橋(直)
新谷・古賀・高橋(聖)