

11月号

とまと村通信

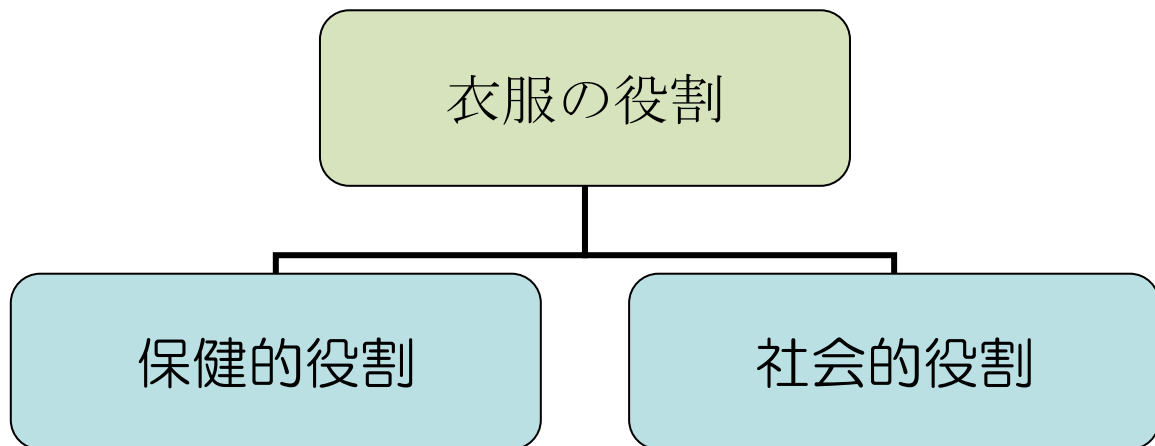


特集 衣服の重要性

『今年は暖冬かな。』と思うような天気が続きましたが、11月に入りめっきりと寒くなってまいりました。皆様いかがお過ごしでしょうか。

先日までは厚手の冬物をいつ出そうかと悩むような気温でしたが、バタバタと衣替えをされている方もいらっしゃるのではないのでしょうか。そこで今回のとまと村通信特集は『衣服の重要性』です。

- 衣服の役割について



本来衣服には、保健的役割と社会的役割があります。保健的役割とは体温や水分を一定に調節する、汚れやケガから体を保護する、生活活動の補助などの役割を言います。社会的役割とは（個性・美的感覚・社会習慣・喜び）を自己表現する役割です。しかし、高齢者の皆様は身体の機能の変化や体の麻痺・拘縮などが発現してきますので、後者の社会的役割ももちろん大切ですが、どうしても保健的役割を担う機能の方が重要になって参ります。また、ご家族様が介護をされる場合、介助しやすいという点も考慮して衣服を選ぶことも必要かと思えます。

- 加齢に伴う身体変化

加齢に伴う身体変化は多岐にわたります。精神状態から感覚まで様々です。

衣服の調整の機能に大きくかかわっている部位は主に皮膚と言えますが、その皮膚ひとつをとってもいくつかあります。

| | |
|----------------|---|
| しわ・皮膚の裂傷の増加 | クッションの役割を果たす皮下の脂肪層が薄くなる。 |
| 皮膚の乾燥 | 皮膚の腺で産生される油分が減少する |
| あざと血管損傷 | 皮膚の血管がもろくなる。 |
| 傷の治りが遅い | 皮膚の血管数が減少する。 傷の治癒に必要な細胞の働きが遅くなり、数も減少する。 |
| 気温の変化に適応するのが困難 | 体温を保つのに役立つ皮下の脂肪層が薄くなる。 汗腺の数が減少し、また汗腺での汗の生成量が減少する。 血管の数が減少し、皮膚の深層部の血流が減少する。 その結果、体から熱を十分逃がすことが出来ない。 |
| 感覚と痛みの感受性の鈍化 | 皮膚に分布する神経終末の数が減少する 痛みだけでなく暑さ・寒さも感じづらくなる。 |

上記のような変化は個人差がありますが、どんどんと進行して参りますので周囲の人による衣服の調整・衣替えが必要と言えます。

とまといりご家族の皆様へ

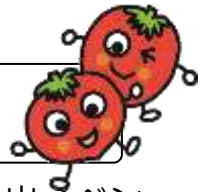
寒くなってまいりました。衣替え・衣服の追加のご協力をお願い致します。

衣替えの際は下記の事項にご注意ください。

✚ お名前の記入をご協力ください。

✚ クリーニングが必要な物・縮みやすいものはご遠慮ください。

(どうしても必要な場合は、ご家族様でのお洗濯をお願いする場合がございます)



ぷちとまとでは、室内だけでなく季節のうつろいを感じていただけるよう、外出イベントなどの企画も行っています。

ぷちとまと

(外出レク)コスモス見学

秋を感じることでできる植物と言えは何を思い浮かべますか？
秋を名前に持つ植物と言えは、コスモス（秋桜）。
10/24・25の二日間、デイサービスぷちとまとでは利用者の皆様とコスモス見学へ大野川の河川敷まで行ってまいりました。

しかし、当日は生憎の雨・・・・・・・・
去年のように河川敷の散歩は出来ませんでした、
車の窓から見るだけでいつもと気分も変わり皆さん笑顔がこぼれます。

当日の天気もあり、スタッフ一同皆様に楽しんでいただけたか不安でしたが、ちょっとしたドライブとして楽しんでいただけたようです。



ぷちとまと2

(外出レク)佐野植物公園へ行こう

ぷちとまと2では、利用者の皆様と佐野植物公園へ行ってまいりました。
温室の見学に・・・と書いていましたが、なんと、『菊花展』の開催日のように見事な数種類もの菊を観賞することが出来ました。
素敵なハプニングにホクホクの表情で皆様からも、「また行きたいね」とのご要望も。
11月の末にも再び『菊花展』へ足を運ぶ予定です。
開催日とはまた違い、満開の菊を楽しみに行ってまいりたいと思います。



ぷちとまと

(外出レク)道の駅へ

今年は暖かく 10月でもまだまだ外出日和が続きます。

佐賀関道の駅を目指して出発。

車窓から流れる景色も楽しみの一つですが、一番のお目当ては道の駅のソフトクリーム。佐賀関の潮風もアクセントとなり、いつもとは一味違うおやつに皆様大満足の様子でした。



ぷちとまと2

職員レク

いつも盛りだくさんの内容のぷちとまと2の職員レク。二人羽織・社長によるドジョウすくい・空手の型の披露。

利用者の皆様も一緒になって盛り上げていただき、今月も趣向を凝らした楽しいイベントになりました。



デイサービスの流れ

8:40~お迎え

9:00~朝の挨拶

バイタルチェック

入浴

11:40~体操

12:00~昼食

14:00~個別レク

作業レク

15:00~おやつ

15:30~集団レク

16:00~離園準備

16:15~送り

今後の お知らせ

1号館☆11月イベント

18日 誕生会
お料理レク

25日 職員レク

2号館☆11月イベント

12日 歌うりの会

19・21日 外出

22日 職員レク

29日 誕生日会

お知らせ！！

ぷちとまとでは、スタッフと一緒にイベントを盛り上げてくださるボランティアの方を募集しています。下記の連絡先までご連絡をお待ちしております。

<編集後記>

インフルエンザの予防接種が始まっています。ご家族にも書類の署名などをお願いすることがありますが、お手数ですがよろしく願いいたします。冬に向けて、ご利用者様の体調管理はもちろん、職員も気をつけて参りたいと思います。 ☆とみ☆

有料老人ホームとまと
デイサービスぷちとまと
大分市大字城原字尾崎

2551-9

TEL(097)574-7600

FAX(097)574-7601