



けんすいあい便り

～まちの縁側～



敬老祝賀会開催



9月25日、ご長寿をお祝いする「敬老祝賀会」を開催いたしました。皆様、激動の時代を乗り越えられ、今日の日本の発展にご尽力されて来られましたことに対し、深く感謝を申し上げます。

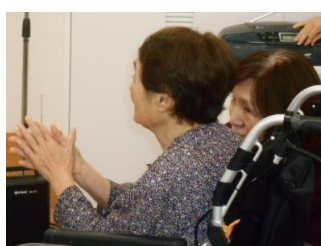
この度は、24名のご利用者様が賀寿を迎えられました。改めて、皆様のご長寿をお祝いし、またこれからのご健康を祈願させていただきます。



花えみの会様の素敵な演舞に
皆様の笑顔があふれていました☆



お赤飯に天ぷら、茶碗蒸し
敬老お祝い膳に舌鼓です♪



中秋の名月

因幡の里ユニットお団子作り

9月15日は中秋の名月、十五夜でしたね。
今年は雲の多い空模様でしたが、雲間からまん丸の綺麗な月様を見ることが出来ました。
中秋の名月に関する食べ物と言えば…お団子！という事で、3階「因幡の里」ユニットにて、お団子作りをしました。

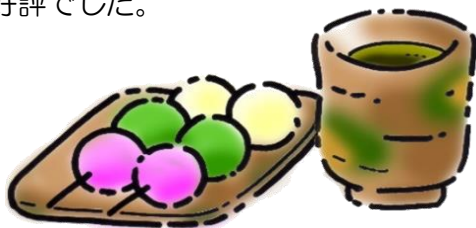


団子の粉に
お豆腐を混ぜ、
丸めていきます。



湯がくとお団子の
出来上がり!!

出来たお団子に、きな粉やあんこを
トッピングして美味しく頂きました。
お豆腐を混ぜて作ったお団子はヘル
シーで食べやすく、ご入居者様にも
大好評でした。



誕生日会

久松の里ユニットお好み焼き作り



「久松の里」ユニットでは、
9月・10月に誕生日を迎え
られた方々の誕生日会を行い、
皆様とお祝いをしました。



職員、入居者様全員でお好み焼き
を作りました。
美味しそうですね♪

美味しくなあれ！
美味しくなあれ！



とっても美味しい！
ありがとね～♪



ボランティア 演芸訪問紹介

花えみの会様 9/25

大きくなったり小さくなったりする南京玉すだれにビックリ!!のご利用者様でした。



ドジョウすくいでは演者様のお化粧にご利用者様がとても笑顔になられていました。

ええなあ

ギター&コーラスデュオ つばめ様 9/20・10/3

～演奏内容～
☆翼をください
☆ふるさと
☆幸せなら手をたたこう

ご利用者様とても元気に歌われていました。なかには感動のあまり涙を流されるご利用者様もおられました。

福祉理美容様 10/6・7



顔のマッサージ、化粧、ヘアセットをしてもらい、より美しく☆

お化粧してもらったよ



フルート演奏会（福田初美様）10/11

～演奏内容～
☆もみじ・赤とんぼ
☆川の流れのように
☆いい日旅立ち 他7曲

綺麗な音色に皆さんうっとりしていました。楽器によって雰囲気や音の厚みが全く異なることが分かりました。

花えみの会様、つばめ様、福祉理美容様、福田初美様
心のこもった素晴らしい演芸・演奏・美容をありがとうございました。

お知らせ

◆ ボランティアさん大募集中 ◆

明るく活動的なボランティアさんを募集しております。
活動時間等、ご希望等がありましたら、お気軽にお問い合わせください。
☆演芸等の披露 ☆手芸指導 ☆話し相手 ☆行事のお手伝い等（担当：岡島）

12/21（水）14:00～
年末の『餅つき』行事を行います。新年の多幸を皆でお祈りしましょう！
ボランティアの参加をお待ちしております♪

◆ 短期入所（ショートステイ）相談随時受付中 ◆

施設に短期間入所して日常生活のお世話やレクリエーション、リハビリなどを受けられます。
冠婚葬祭や旅行の時や、介護者の介護疲れを防ぐために利用することができます。
ご利用ご希望の際は担当ケアマネージャーまたは、当方担当者にお気軽にお問合せ下さい。
（担当：東田・岡島）



クリニックこくふ

『インフルエンザ予防接種』

お問い合わせのうえ、お早めにご予約ください。

『在宅往診』

ご自宅で安心して過ごされたい方、住み慣れた我が家で最後の看取りを希望される方への訪問診療を行っております。

『各種健診』

随時ご相談承ります。
なお、健診につきましては、お手持ちのはがきに期限がございます。ご確認のうえ、お問い合わせください。

◎ クリニックこくふ
(0857) 50-1328
担当：内田・野波

◎ 訪問リハビリこくふ
(0857) 50-1209



♪ 今号の健康情報 ♪

【冬に気を付ける病気について】

◎ 狭心症・心筋梗塞

暑い時期に比べると2倍近く発症リスクが高まります。気温が低いことや、温度差が大きいことが影響しているようです。

（対策）

1: 外出時の防寒対策

マフラー、手袋を着用し寒暖に対する体の負担を軽減しましょう。また、室内の温度差にも注意しましょう。トイレ、脱衣所にも小型の暖房器具を設置すると、より安心です。

2: 入浴時の注意点

体が冷えたまま熱いお湯に入ると、血圧が上がることがあります。38℃くらいのお湯の場合が血圧が安定しています。

☆気温に伴い、体温が下がり免疫力も下がってしまいます。ストレスを溜めず、運動も心がけ健康に過ごしましょう！！

ご意見箱

1階東側エントランスに『ご意見箱』を設置させて頂いております。当施設の運営に対するご意見・ご要望・ご提案、その他、また職員への「お声」をお聞かせください。

いただいた「お声」等は施設にて話し合い、適切な施設運営に向けて対応させていただきます。

より安全・安心・快適なサービスを皆様へ提供させていただけますよう、職員一同、一層の努力をまいります。



【こくふの足跡】

早いものでH28年も「師走」です。

今年もご利用者様の笑顔に癒され、ご家族様の温かいご協力があり、無事に年末を迎えようとしています。来年も職員一同、より満足度の高い支援を目指していきます。また、この広報誌もいろいろな情報発信の場になりますよう頑張りますので、是非、ご期待ください♪♪ 担当：吉村・東田

特別養護老人ホーム 健推庵こくふ

〒680-8066 鳥取県鳥取市国府町新通り2丁目202

TEL (0857) 50-1205

FAX (0857) 50-1206

【ホームページ】<http://kensuikai.net>

