



日本赤十字社
Japanese Red Cross Society

つるかめ新聞



老健通所リハビリテーションの利用者さんが花びらの壁飾りと内裏雛（写真中央下）を制作されました。花びらは、折り紙を切り貼りして作られています。所々に黄色い蝶もいて、春らしい明るい作品に仕上がっています。

介護保険証の更新をお忘れないように。



介護保険証の有効期間の満了日の2ヶ月前頃になると、市役所からご自宅に更新手続きに必要な申請書が郵送されてきます。入所者の方についてはその手続きを当施設で代行しますので、申請書に必要事項を記入の上、事務課にご提出願います。

下関市・宇部市に住所がある方は、当施設から申請書を郵送もしくは窓口にて手渡しいたしますので、同様に事務課にご提出願います。



日本赤十字社
Japanese Red Cross Society

小野田赤十字老人保健施設

あんじゅ



小野田赤十字 介護医療院

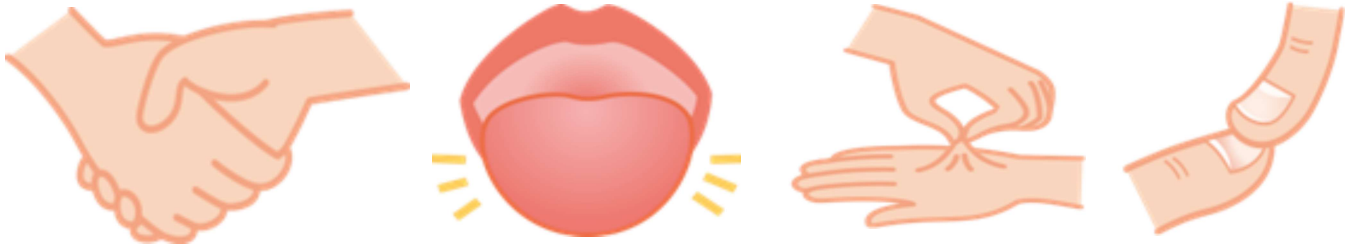
〒756-0889
山陽小野田市大字小野田3700番地

TEL 0836-88-0222

FAX 0836-88-4392

E-mail: anju@onoda.jrc.or.jp

誰でもできる！脱水症の気づき方



1 相手の手を握る

手が冷たかったら疑わしい・・・脱水症になると、血液は生きていく上で重要な臓器に集まります。そのため、手足等には血液がいかず、冷たくなります。

2 相手の舌を見る

乾いていたら疑わしい・・・脱水症になると、唾液が減少し、舌の表面が乾いてきます。

3 相手の手の甲の皮膚をつまんでみる

皮膚を指でつまみ離してから3秒以上経過しても元の形に戻らなかったら疑わしい・・・皮膚には、水分がたくさん含まれており、弾力性がありますが、脱水症では水分が減り、弾力性がなくなります。

4 相手の親指の爪の先を押してみる

赤みが戻るのが遅かったら疑わしい・・・指先は血管が細いため、変化が現れやすい部分です。

5 高齢者の場合、脇の下を確認する

乾いていたら疑わしい・・・通常、高齢者の脇の下は、汗による潤いがあります。脱水症になると、汗が出なくなり、脇の下が乾いてきます。

脱水とは、水分の不足だけでなく、カラダから塩分も失われた状態のことです。



今月のおすすめ献立 (80)

入所者さんに好評だったメニューを載せています。



- ・巻き寿司、稲荷寿司
- ・鶏牛蒡
- ・うまい菜と竹輪の和え物
- ・すまし汁
- ・赤鬼の和菓子

※写真左下が巻き寿司、稲荷寿司

医療相談の日

入所者のご家族からの医療に関するご相談をお受けします。
ご希望の方は、事前にお申込みください。

申込先 相談指導課

(☎ 0836-88-0222)

受付時間 8時30分～17時（土日・祝日・年末年始を除く）

老健・介護医療院の出来事



▲ 3月2日、介護医療院のレクリエーションで歌をうたった後、手の体操をされました。



▶ 3月1日、老健の入所者さんがオセロを楽しまれました。



人物往来

3月1日付で、老健の看護師長が交代しました。

3月7日、晴天の下、施設の屋上で老健のレクリエーションを行い、皆さんでお茶をした後、体操をされました。



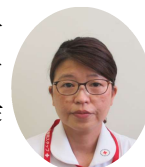
老健の入所者さんが折込み広告を使ってフクロウの置物を作られました。事務課のカウンターに飾らせていただきました。ぜひ、ご覧ください。

(新) 看護師長 ^{いりえ ひろこ} 入江 弘子

干支 酉年生まれ

抱負 利用者様を中心に、多職種と協働して、お一人お一人の状態にあわせたケアを提供し、生活支援を行っていきたくと思います。

趣味 御朱印収集 (デビューしました) お香をたくこと



お世話になりました。

(前) 看護師長 土井 直子

11カ月と短い間でしたが、入所者の皆様と楽しく過ごさせて頂き、本当にありがとうございました。

デイケアのご案内

「玄関から玄関まで」を基本に、利用者様の身体・歩行状態、ご自宅周辺の道路状況等に
 応じて送迎させていただきます。安全確保のため、乗降時の介助や車内での見守りを運転手と介護・看護職員の2名体制で行っています。まずはお試し体験から始めてみませんか。



三月六日、水の入ったペットボトルを両手でダンベルのように上げ下げするペットボトル体操を行いました。



利用者さんが兎などの壁飾りを作られました。下絵に色鉛筆で塗り、糸に接着して吊るされました。



3月3日、レクリエーションとして、二人一組になって、牛乳パックの輪切りを慎重に積み上げていき、その高さを競うゲームを楽しみました。どの組も、高くなるにつれ、バランスを取るのに苦労されていました。

要予約

☎88-0222

面会時刻

3/27(月)、4/3(月)、4/10(月)、4/17(月)は午前10時30分、11時の1日2回

その他の日は午前10時30分、11時、午後2時、2時30分の1日4回

医 は介護医療院

老 は老人保健施設あんじゅ

オンライン面会の日程

3/21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	4/1	2	3	4	5
火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水
	老	医	老			医 午前のみ	老	医 老	医	老			医 午前のみ	老	医 老
6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	
木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	
医	老			医 午前のみ	老	医 老	医	老			医 午前のみ	老	医 老	医	