

ヘルパー便り



要支援2のIさん92歳は、夫を亡くし一人暮らしを続けておられます。R2年3月に上腕骨折で入院、手術を受けられ、自宅へ戻りましたが、独り暮らしを支えるため、まごころの支援が始まりました。

R3年12月にも脳梗塞で入院となり、お正月を病院で迎えられるという初めての経験をされました。幸い麻痺はありませんでしたが、右上下肢、腰に痛みがあるようです。

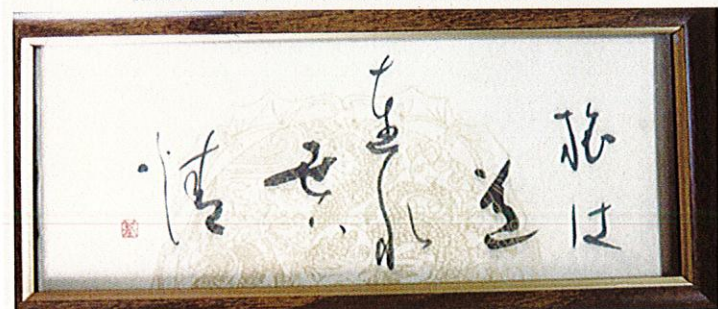
以前から自宅で、習字教室を開き、習字の先生として、今も活躍されています。コロナの影響で、外出を控えるため、中国語のならい事は辞められましたが、交流は続いておられるようです。

家事や身の回りのことを継続することが、リハビリにもなると、意欲的に広い庭の草取りも続けておられ本当に立派です。

まごころはIさんの自立を助けるため、掃除、洗濯、買物、調理、ゴミ出し等相談しながら行っています。

これからも、素敵なお友だち『幸齢者』になられますよう応援しています。

ご主人の遺品を整理しておられ、その中に素敵な作品がありましたので、Iさんの作品と合わせてご紹介させていただきます。(小川)



デイサービス通信



昨年8月より、デイサービスまごころに入社し、看護師、機能訓練指導員として働いています南場です。

高齢者社会となった今、いつまでも健康で元気に生活していくには、やはり自立ということが必要です。そのためには、予防介護、看護がとても重要だと思っています。

デイサービスまごころでは60代から90代までの方が自分で出来る事はなるべく自分で行い、手助けが必要な時はスタッフだけでなく、利用者さん皆で助け合います。こうして人と会話する、人の役に立つという社会のつながりが心身の健康、認知症予防になると思うのです。

デイに来られる利用者さん達が毎日を楽しそうに過ごすように体力維持、健康維持に努め私自身も楽しく働いて行きたいと思っています。(南場 直美)



まん延防止明けて、おやつ作り解禁です



きゅうりに茄子にトマト、夏野菜のお世話!

つぶやき



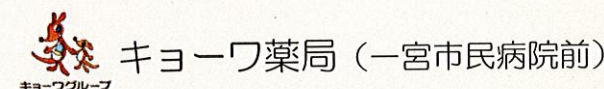
超大国は恐ろしい

1. ウクライナへのロシアの侵略であるが、ひどいものだ。どんな戦争も反対であるが、ロシアの場合、大義名分がない。親ロシア系住民の問題があり、問題を複雑にしている。しかしどう考えても、ロシアの行為を正当化できませんね。
2. アメリカもイギリスも正義の味方のような論調だが「我々もインドやメキシコ・中国で悪いことをしました。しかしロシアはケシカラン・・・」と言って欲しいね。あまりヒトのことは言えませんね。
3. 日本もあまり立派なことは言えません。中国での行為はお世辞にも立派だとは言えない。中国の人は怒るわな。
4. ロシアのプロバガンダ放送が問題になっているようだが、大本営発表に疑問を持った人、異を唱えた人はいたろうか。それこそ非国民扱いされたでしょう。
5. 鬼畜米英を親米にしてしまったアメリカの恐ろしさを感じる。真珠湾の日本軍奇襲も事前に知っていたという説がある。フェイクニュースかも知れないが、その明細が未だにオープンになっていない。そこに答えがあるような気がする。
6. NHKのニュース、ワイドショーのテーマ選び、アナウンサーのニュアンスに何故テーマにしたのかを考えて聞いていると、おもしろい。そのように感ずるようになったのは最近になってからです。

鹿島 兼一



~耳より情報~



ラジオ体操のご案内

~誰でも参加できます!~

7月4日(月) 8:30~

毎週月曜日開催します!参加費無料

血管年齢・肺年齢・骨密度・体重など気になる方必見!

散歩や診察のついでにお気軽にお立ち寄りください。



※このコーナーはご近所等地域の情報を適宜ご紹介いたします!

~知っておきたいヘルパーの知識~

値上げラッシュから家計を守る

買い物に出かけると、「以前より値段が高い」と感じる事が増えていませんか?

実際に、光熱費、食品、日用品、ガソリン代など、様々なものの値上がりが発表されていて、値上げラッシュが家計を直撃しています。

どんなものに値上げが発表されているのか、いくつか紹介しましょう。

カップ麺、インスタント食品、スナック菓子、食用油、洗剤、電気料金、ガス料金、外食等次々と発表される値上げラッシュに負けないためには、食品ロスを防ぎ、安価な物を選択する必要があります。

利用者さんの献立も、出来るだけある材料で考え、食べきれぬ量を作ることによって食品ロスを無くし、水道の水も止め忘れに注意しましょう。

