

老人ホーム

みつみねの郷だより



お元気ですか

平成30年 秋号

発行 みつみねの郷

栃木市梅沢町 970

TEL 0282-31-3235

### 祝・敬老！ 祝・百歳！！

#### 【敬老会】

9月2日、寺尾公民館を会場に敬老会が開催されました。自治会連合会長様をはじめ、地元自治会三役様、寺尾地区民生委員様、ボランティアでお世話になっている皆様、ご家族様等をお招きし、素晴らしい歌謡ショーで盛り上がり、出流の「お蕎麦」を添えた松花堂弁当をご賞味いただきました。また、9月16日にはデイサービスセンターの敬老会が開催され、歌・日本舞踊・昼食会等にみな様、笑顔・笑顔の一日でした。

#### 【百歳の祝い】

9月19日、大川秀子市長様が、本年度「百歳」を迎えられるご利用者様をお祝いするため施設を訪問されました。内閣総理大臣、栃木県知事からの祝辞も頂戴いたしました。

人生の

荒波を越え

百寿かな

おめでとうございます。



みつみねの郷施設長 高橋 勲  
梅の実 施設長 峯山 直己

### 知って得する介護の知識(第13回)

#### 介護の疑問にお答えします

お薬の管理で悩んでいませんか？そこで、薬局でお願いできる「一包化」をご紹介します。

一包化とは、朝・昼・夕など、服用するタイミングが同じお薬や、1回に複数個服用するお薬を、1袋ずつパックにすることです。

#### 一包化してもらうためには？

医師の指示が必要です。かかりつけ医に相談するか薬局の薬剤師に相談し、医師に確認をとってもらいましょう。医師の指示が得られないと実費負担になります。ほとんどの薬局で一包化することは可能です。

#### 料金は？

42日分以下は7日分毎に320円。43日以上は一律2200円です。(※保険適用で1〜3割負担になります。)

(例) 28日分の一包化 320円×4週間×1割負担約130円 ■ 56日分の一包化 2200円×1割負担約220円)

一包化すると飲み間違いや紛失を防ぐことができます。毎日の管理に悩んでいる方は検討してみてくださいいかがでしょうか。



## 「八坂祭と

### サマーフェス」

7月、地元の八坂祭りに合わせて開催した「夏祭り」に、子どもたちが元気にお神輿を担いで、みつみねの郷に来てくれました。利用者の皆様は、子供達のお囃子を楽しそうに「驚」になっていらっしやいました。また、子どもたちと一緒に「ヨー釣り、ストラックアウト、記念撮影を楽しみながら、かき氷を食べ、素敵な夏の思い出となりました。

8月、「サマーフェスティバルイン寺尾」には、7名の「利用者様」が参加され、焼きそばや唐揚げ、チョコバナナなど屋台の食べ物で満喫しながら、盆踊りや花火を見て大変喜ばれていらっしやいました。

今後も地域の皆様との交流を大切にしていきたいです。ご協力ありがとうございました。



看護師さんからの知恵袋！

## 風邪に負けない予防策

朝晩涼しくなり、気温の寒暖差で体調を崩していませんか？起床時「のどが痛い」なんてことないですか？それは、空気が乾燥している事が原因。日頃からの体調管理が必要になってきますね。まずは、日頃から予防を心がけましょう。

バイ菌、ウィルスは手を介して感染します。予防として、

★**手洗い**。指の間や手首も忘れずに。

目安として、ハッピーバースデーを二回歌う位の長さ(約20秒)が安心です。

★**アルコール消毒**

★**うがい**

風邪に負けない習慣を心がけてみてください。

## デイセンターの敬老会

9月、デイセンターの利用者皆様の敬老会を開きました。ボランティア3名の方からお祝いに、歌、日本舞踊が披露されました。日常では目にする事の無い素晴らしい演目に、皆さん感心し感動されていました。ありがとうございました。ありがとうございました。



みつみねの郷では様々なボランティアの方にご協力頂いております。これからも「こんな事を披露してみたい！」「みつみねの郷には行ったことがないので見学だけでもしてみたい。」などのご要望がありましたら、お気軽にご連絡下さい。お待ちしております。

☎0282-31-3235

高橋 峯山