

ひかわの里

第58号

発行日 令和4年6月1日
発行所 社会福祉法人 東 泉 会
特別養護老人ホーム ひかわの里
〒869-4301
熊本県八代市東陽町南752-1
電話 0965-65-3100
編集・発行人 片山 龍介

自然に囲まれ、やすらぎと潤いの中で、
より質の高い介護サービスの提供を目指します。



ひかわの里

介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）
短期入所生活介護事業（ショートステイ）
通所介護事業（デイサービス）
総合事業（お遊者クラブ）
居宅介護支援事業
〒869-4301熊本県八代市東陽町南752-1
TEL(0965)65-3100
FAX(0965)65-3103
ホームページ <http://tousen-kai.or.jp>
E-mail:hikawanosato@grace.ocn.ne.jp

久しぶりのお茶会です!!

認知症対応型共同生活介護

グループホーム氷川

〒869-4301熊本県八代市東陽町南762-7
TEL(0965)65-3101
FAX(0965)65-3102



男性職員の手際を見兼ね、お手伝い



2月

久しぶりの昼食会。
上手に混ぜたり、
焼いたり・・・
びっくりするほど
きれいな丸いお好
み焼きができました。
味もバッチリ!!

3月



鏡町方面へ。
一面の菜の花
に笑顔♡

4月



5月



ひかわの里の天使たち

グループホーム
竹林健治さんの長男
佑(ゆう)くん
10月11日生まれ
B型



パパの五月人形
の前で、
ハイ、ポーズ

オンラインでの面会を
行っています(要予約)



新入職員紹介

事務職員

名前：**片山 貴裕**
(かたやま たかひろ)

星座：やぎ座
血液型：A型
一言PR：

4月からお世話になっております
片山と申します。日々努力して少し
でも早く皆様の力になれるよう精一
杯頑張りますので、宜しくお願い致
します。見掛けられた際にはいつで
も気軽に声掛け下さい。

調理職員

名前：**川本 亜樹**
(かわもと あき)

星座：かに座
血液型：A型
一言PR：

2月から勤務しています。まだ
まだ分からない事ばかりです。不
慣れな所ばかりですが、どうぞよ
ろしくお願い致します。

調理職員

名前：**江口 浩子**
(えぐち ひろこ)

星座：おとめ座
血液型：A型
一言PR：

3月から調理の方でお世話に
なっております。趣味はジョギン
グとメダカの飼育です。利用者様
には、いつも笑顔で声をかけて頂
き元気もらっています。皆様に
喜んで頂けるよう頑張ります。宜
しく申し上げます。

介護職員

名前：**森崎 榮子**
(もりさき えいこ)

星座：うお座
血液型：O型
一言PR：

利用者様、スタッフの皆様と仲
良く、明るい職場で働きたいです
ネ!!皆様に迷惑をかけないように
頑張りますので、よろしくお願い
します。

🍉 高齢者の夏の健康管理

★十分な水分補給を…人間の体の50～90%は水分で出来ていますが、65歳以上の高齢者では50～55%と減少していきます。また、何もしなくても1日に2300mlもの水分が奪われていきます。特に高齢者の方は1日コップ（200ml）7～8杯の水分を摂りましょう。



～経口補水液の作り方～
 水 500ml 塩 1.5g
 砂糖 20g
 を溶かすだけです。



★タンパク質・ビタミン中心の食事 🍲

…基礎体力維持効果のあるタンパク質（肉・魚・卵・豆腐などの大豆製品や、疲労回復効果の 高いビタミン中心（豚肉・レバー・うなぎ・胚芽米・豆類）がおすすめです。

★夏野菜でクールダウン 🍃

…夏野菜には体の熱をクールダウンさせる役目があり、ビタミンも豊富です。たくさん摂取するのはなかなか難しいので、野菜ジュースなどにするのも良いでしょう。

（ゴーヤ・オクラ・トマト・きゅうり・なす・とうもろこしなど）
 ※トマトは栄養豊富で、成分のリコピンは強い抗酸化作用があり、生活習慣病などの予防にも役立つ有能な野菜です。



今年はまだ梅雨入りの気配がなく、例年より遅い梅雨入りになりました。この時期になると二年前の熊本豪雨を思い出します。近年、自然災害の発生頻度が高まっているように感じます。「備えあれば憂いなし」ということ、雨の季節に備えて身の回りの安全について考えてみましょう。

編集後記

ひかわの里広報委員会



ホームページをリニューアルしました!!

ひかわの里のホームページが新しくなりました。是非、ご覧ください。以下のアドレスにてご覧になれます。

<http://tousen-kai.or.jp>

または「東陽町 ひかわの里」でご検索ください。



ホームページ内のスタッフブログでは、施設での生活の様子などをご紹介します。スマホ用のサイトもありますので、QRコードをご利用ください。

リモート面会を行っています!!

特別養護老人ホームひかわの里・グループホーム氷川では、新型コロナウイルス感染症への感染対策として、リモート面会を実施しています。

①iPhone、iPadの方⇒Face Time



②その他の方⇒Zoom



詳しくは、下記まで。

特別養護老人ホームひかわの里 TEL:0965 (65) 3100

グループホーム氷川 TEL:0965 (65) 3101

