



かしの木だより

つなぐ安心 明日もいきいき 助け合い、笑い合い、この街で暮らす…



草加市草加1-8-13 **2**048-942-7533

10/27・11/6 看多機「川口グリーンセンター」散策

高齢になっても障害を持っても車いすになっても、誰も が住み慣れた地域で、安心してともに生活していきたい。 その実現のために、「生協10の基本ケア」を通して生活の 中で下肢筋力をつけ、トイレで排泄することができるよう になれば、町内や公園を散歩したりお買い物に行ったり、 お祭りに参加することができるようになります。新しい空 気を吸い、社会とのつながりを持ち、四季を感じる。 利用者と介護者がともに喜びを共有することで、自然

と笑顔と会話が生まれます。太陽光を浴びることで、 昼夜逆転や夜間の不穏やせん妄がおさまったり、認 知症や転倒骨折の予防にもつながります。地域の 方やボランティアの方と連携し「地域ケア」を目 指していきたいと思います。

11/23 GH「伝統芸能フェスティバル」観覧





に気を付けて!



血圧安定

血管が縮んで

血圧が

血管が広がり

冬場の入浴などで、暖かい場所から寒い場所、そして暖かい 浴槽へ入る時の、血圧の上昇と急降下によって心臓や血管に 負担がかかり、脳内出血や大動脈解離、心筋梗塞、脳梗塞などを引 き起こすことをヒートショックといいます。特に10℃以上の温 度差がある場所は危険とされており、特に高齢者などの場 合、脱衣所や浴室、トイレなども温めておくなど の注意が必要です。

かしの木ひろば・おひさまの会イベントのお知らせ

お気軽にお越しください。

12/6 (水)やさい市 10:00~12:00 12/14(木)折り紙教室(要予約 100円) 10:00~12:00 13:30~15:00 12/15 (金)介護者のつどい 12/16(土)スマホ教室 10:00~12:00 12/18(月) ちぎり絵教室 (実費) 10:00~12:00 12/19 (火) かしの木サロンXmas 13:30~15:00 12/21(木)女子活のススメ(要予約) 10:00~11:30

玄関アプローチ リフォーム作業中!

玄関アプローチの花壇に 利用者様とおひさまの会 の方と一緒に、大輪の葉 牡丹を植え



ました。 おひさま農園では、冬越しする エンドウ豆やそら豆の種をま き、大根の収穫もしました。



