

ほっと・氷川台

デイサービスセンター

だより 8月



ほっと・氷川台

デイサービスセンター

〒179-0084
練馬区氷川台3-19-7 井垣ビル1F
TEL. 5922-6577 FAX. 5922-6578
http://www.hotSPACE.co.jp
E-mail: h-day@hotSPACE.co.jp

デイサービスセンターより

気象庁は「この異常気象は災害」とコメント！

毎日、熱中症に関するニュースが流れています。今年の暑さは異常です。この暑すぎる夏を乗り切る為には、良質の睡眠とバランスの取れた食事、そして、細目な水分補給が大切です。おすすめは、ミネラルを含み、利尿作用の少ない「麦茶」や「そば茶」コップ1杯をかむようにゆっくりと飲む事です。運動をした後は、薄めたスポーツドリンク。ただし、水の代わりにペットボトルごとスポーツドリンクを飲むのは、塩分や糖分の摂りすぎになるので、注意が必要です。

ほっと・氷川台デイサービスセンターでは、ご利用者様に水分の補給と声かけをスタッフ一同心掛けています。そして、室内を涼しく、衣服も汗や熱がこもらないように調整する事に気を付けています。

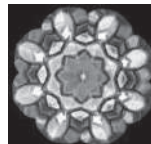
気温の高い時は、がんばりすぎずに、ちょっとここで『ひと涼み』を頭の片隅に置いてみて下さい。

ほっと・氷川台デイサービスセンター 看護師：齋藤



花の会便り

住所：練馬区氷川台3-19-7 井垣ビル2階
TEL：03-3933-8188



昨日久しぶりに開四小に出掛けた。開四小担当の青少年委員や開四小応援団、開四小PTAが中心になって行なわれる夏休みのお楽しみ会「葉かげのつどい」に参加するためだった。夕方まで所用があって学校に着いたのは7時近くになっていた。そのため前半の「お楽しみコーナー」(ゲーム・ペットボトルたて、ヨーヨーつり、カラービンゴ他。食べもの・かきごおり、ソースせんべい等。催しもの・和太鼓演奏、起震車体験)は既に終わっていたが、後半の「キャンプファイヤー」と「花火大会」がちょうどはじまるころだった。

校庭の中央に先生方手作りの木組が置かれ中の薪に火がつけられる。夜空に火が勢よく燃え上がり、父兄同伴で参加した生徒たちが歌を歌いながらその周りを廻る。そしていよいよ花火が打ち上げられた。赤、黄、青、みどり、七色の光が交差し、上空ではじける。生徒たちの大歓声が校庭をすっぽり包み、会は頂点に達する。こうして生徒たちのところに素敵な思い出が刻まれていった。

花火が終って親と子が三々五々帰ってゆく。その後ろ姿を見ながら私自身の青少年委員だった頃、この花火大会で火の粉が舞い上がり体育館の雨樋いあたりまで飛んだ時、雨樋に落ちている枯葉に火が燃え移ったらどうしようかとその夜は一晚中眠れなかった。昨夜よく見ていたら火の粉は高いようでも体育館の雨樋まではほど遠く、まったく心配のない距離だった。若い頃のなつかしい思い出である。(依)

ほっと・ハウス・豊玉 だより 8月

〒176-0012 練馬区豊玉北5-8-19
TEL. 03-5946-4310 FAX. 03-5946-4311
http://www.hotSPACE.co.jp
e-mail: house@hotSPACE.co.jp



4月からの新料金です
1泊2日(日曜日3食付) 7,700円~
1泊2日(平日 2食付) 5,100円~
*平日の日中は通所介護利用
*詳細はお問い合わせ下さい

ご利用のお問い合わせお待ちしております。
〈担当者〉宮下・桑原

ほっと・ハウス・豊玉より

七夕の日、昼食を流しソーメンにしました

何日か前からソーメンを流す道具を作り、前日にはソーメンがちゃんと流れるか、角度、水の流れ具合の調整を確認。いざ本番!!!職員が1番高い所から「〇〇さん行きますよ」と同時にソーメンを流すと、いい感じにその利用者様の目の前に.....。「来たよ。来たよ。取って〜。」と声をかけると、見事上手にすくいあげ、食べられていました。ソーメンの他にも鶏肉の甘辛煮、フルーツを召し上がられ、いつもより少なめのおかず。その後のおやつを楽しんでもらえる様、好評だった職員手作りのパンケーキを作り召し上がって頂きました。トッピングには、生クリーム、ラズベリー、あんこを乗せ、見た目可愛く、お味美味しく。

利用者様から「楽しかった」「流しソーメンは初めてだったけど、すくえて良かった」など笑顔で話される姿を見て、職員も努力の甲斐があったと心から思いました。来年も夏の風物詩としてやっていけたらと.....考えています。



迎えくれし息子の姿に息をのむ 夫在りし日の顔にそっくり

「お荷物ですよ」ホームの職員さんが、部屋までバナナ、カステラなど届けてくれます。「昨日の夜、頼んだのが、もう着いたの？」息子に言わせれば、ネット注文とやらでポチッとすれば、なんでもすぐに届くのだそうです。

昨年、夫を見送った疲れで倒れ、大腿骨骨折。手術からリハビリ、ひとりで自宅での療養は危険、娘と息子が探してくれたホームへ入所しました。引っ越した部屋に、初めて息子が入ってきた一瞬、息子が夫に見えたのです。こんなにそっくりだったの？ 表情が似ていた？

優しい夫でした。その性格を受け継ぐ息子が迎えてくれて、私は新しい生活に、安心して出発したのです。河村幸子



氷川台三丁目カフェ

～麻雀からおしゃべりまで～

～認知症予防に麻雀、花札などしています、介護家族の方も一息つきにどうぞ～

- 日時: 毎月第3土曜日、午後1時半から4時半のご都合のよいときにどうぞ
- 場所: ほっと・氷川台デイサービスセンター(氷川台3-19-7井垣ビル)氷川台駅2番出口徒歩5分
- 参加費: 200円(会場費、お茶代・チャイ、コーヒー、緑茶など)

連絡先: 寺田和子 ☎ 090-8772-9157(麻雀ご希望の方は2、3日前にご予約を！)



マイケルハウス

とうとう蝉が鳴き始め、本格的な夏到来となりました

子供達も終業式を迎え、いよいよ夏休みに突入です！

とは言っても彼らのやることは特に普段と変わりなく、好きな時に好きな遊びをやるだけなのですが…でも彼らにとってはそのユルさが居心地の良さに繋がっているようです。

マイケルハウスでは基本的にどの遊びも禁止することはありません。

ただし、その遊びの結果の責任は自分で持つのがルールです。

共感性の希薄な子や思い遣りが欠如している子はキチンと心が育ち、自分の遊びの結果を受け入れられるようになるまではマイケルハウスの遊び道具などの貸し出しを制限しています。

そして何故自分は貸して貰えないのか？その理由を説明し続けます。

公設公営の児童館などでは平等性の観点からなかなか踏み込んだ指導ができないジレンマがありますが、マイケルハウスは私設民営の利点を活かし子供としっかり対峙し、時にキツくてもその子の将来を見越した指導に重きを置いています。

そのお陰かどうかは分かりませんが、マイケルハウスの子供達は本当に真っ直ぐに育っています！

マイケル相撲部員3名が、東京都小学生相撲優勝大会に出場して来ました。

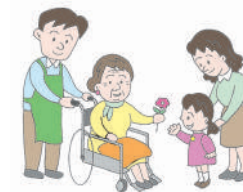
結果は全員が緒戦敗退でしたが、名のあるクラブの選手相手に見せ場を作る良い相撲が取れました！

ようやく本番でも落ち着いて自分を信じた相撲が取れるようになってきたようです♪

この調子で年明けの白鵬杯まで突っ走って行って貰いたいものです。



ほっと・



ほっと・氷川台ケアプランサービス

ほっと・氷川台ヘルパーステーション

だより 8月

〒179-0084

練馬区氷川台3-19-7 井垣ビル2F

TEL: 03-5921-3190 FAX: 03-5921-3191

http://www.hotspace.co.jp

e-mail: info@hotspace.co.jp

再度、暑中お見舞い申し上げます！

“半端ない、暑さが続いています。じりじりと焼け付くような暑さです。テレビからも、災害口調のアナウンスが流れてきます。甘く考えてはいけない事態です。いつまで続くかわかりませんが、季節は巡るはず。その時まで、休息をしっかり取るなど心掛けていきたいものです。

ほっと・ハウス・仲町より

今年は梅雨明けが早く猛暑が続きますが、みなさん熱中症対策などはしていますか。

さて、ほっと・ハウス・仲町では先月、七夕会を行いました。みんなで協力して、飾りを作り短冊にはそれぞれ願い事を書いて飾りました。

初めに施設長から七夕の由来についてお話があり、その後、第一興商のよっちゃんから音楽に合わせたよさこい体操を覚えてもらい、みんなで楽しく踊りました。ひと汗かいたあとはお楽しみ会やティータイムで一息入れ、最後はイントロクイズで盛り上がりました。

夏はこれからが本番です。各地で熱中症が流行っていますが、みなさんも暑さに負けないように十分対策をしてくださいね。

最後に私事で恐縮ですが、6月に双子の女の子の孫ができました。

柳本 久美子

(お問い合わせ先)

〒179-0083 練馬区平和台1-2-7 TEL 03-3932-1123 FAX 03-3932-1124



● 募集しています! ●

登録ヘルパーさんを募集しています

●生活援助 時給 1,250円

●身体介護 時給 1,700円

※他に移動手当、奨励金制度があります。

ほっと・氷川台ヘルパーステーション

練馬区桜台3-14-15 ルミエール102

TEL 03-5946-2911

FAX 03-5946-2912

● ご相談下さい ●

介護保険に関するご相談をお受けいたしております。お気軽にお声を掛けてください。

ほっと・氷川台ケアプランサービス

練馬区氷川台3-19-7 井垣ビル2階

TEL 03-5921-3190

FAX 03-5921-3191