

# ぽっかぽか

発行日：令和5年8月10日

地域ケアセンター マグノリア

〒682-0022

倉吉市上井町1丁目2番1

TEL 0858-26-3922

E-mail [mag@med-wel.jp](mailto:mag@med-wel.jp)

URL : <https://www.med-wel.jp>

## 今月号のご案内

2、3面 生活の様子

(介護デイ、予防デイ、小規模デイ)

(グループホーム、グループホームかりん)

(ショートステイ)

4面 介護予防情報コーナー 匠に聞く

ぽっかぽかの会だより

新人職員紹介

今月の予定

編集後記



琴浦町のひまわり畑、満開でした！

マグノリアでの様子は  
ホームページでもご覧いただけます。  
(右の二次元コードを読み取り下さい)



### 【施設理念】

地域の総合窓口機能を強化し、  
地域と共に歩み、地域に選ばれる施設を目指す。

### 【施設方針・テーマ】

地域および法人の相談窓口として  
安心してご利用いただける在宅サービスを提供します。

地域ケアセンター  
マグノリア

デイサービス

ショートステイ

グループホーム

ホームヘルプサービス

居宅介護支援事業所

地域包括支援センター

配食サービス



No.3150-ISO 9001



# ～夏を彩る～

# 介護デイサービス

夏らしい色を使い、半紙に染物をしました。完成が楽しみです！

何にしようかいなあ



## 楽しい手仕事♪

## 予防デイサービス

集中して作品作りをされています。完成した作品は、持ち帰っていただき、とても喜ばれました。



ストローで花火🎆を描きました



キャップで帽子🧢を作りました



すべすべになるし、気持ちいいわあ〜♡

## 癒しの♡ ハンドマッサージ

## 小規模デイ ぽっかぽか



ハンドマッサージにはリラックス、血流促進、睡眠の質の改善効果が期待されます。アロマオイルを炊きながら癒しの匂いにもつつまれて、イイ気分!!

ご家庭でも、是非お試しください！



4家族を迎え家族会を実施しました。今年度の方針や活動内容を説明し、直近のご利用者様の様子をスライドで紹介させていただきました。家族会の後、窓越し面会で利用者様との面会も実施しました。

かりん  
かりん  
グループホーム日記  
Fun Fun

7月の子ども食堂はカレーライスとお弁当を作りました。たくさんの野菜の皮むきがありました。「なんぼでも手伝うで!」と力強いお言葉。あっという間に終わりました。



がんばってー

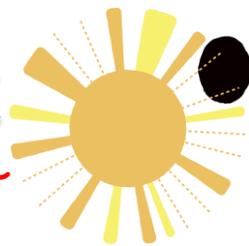


ショートステイ

こっちがええかなあ？



マスキングテープアートを体験しました。たくさんのテープから「どれがいいかな?」と皆さん試行錯誤されていました。その甲斐あって、とても素敵な作品が出来上がりましたよ。



熱中症～思い当たることはありませんか～

熱中症で搬送される方の半数は高齢者（65歳以上）です。  
熱中症の予防には、水分補給と暑さを避けることが大切です。

こまめに水分を摂っていますか？

高齢者は、加齢によりどのどの渇きに対する感覚が鈍くなります。  
このため、どのどの渇きを感じなくても、こまめに水分を補給する必要があります。



エアコンを上手に  
使っていますか？

エアコンや扇風機は、温度設定に気をつけたり、体に直接あたらないように風向きを調整するなど工夫すると、体が冷えすぎず、快適に使うことができます。



暑さに強いから  
大丈夫だと思っていないですか？

高齢者は、暑さに対する感覚が鈍くなり、発汗など体から熱を逃がす機能も低下します。暑い日は無理をしない、室内でもこまめに温度計を確認し、部屋の温度調整をしましょう。



部屋の中なら  
大丈夫と思っていないですか？

熱中症は、室内や夜間でも多く発生しています。すだれやカーテンで窓からの直射日光を遮る、換気して屋外の涼しい空気を入れる、必要に応じてエアコンなどを使用する等、熱がこもらないようにしましょう。

新人職員紹介



【ケアワーカー】  
幸山 しのぶ

よろしく  
お願いします

ぽっかぽかの会だより

7月13日にぽっかぽかの会が開催しました。  
アロマオイルを使用し、虫よけスプレーや芳香剤を作りました。ご利用者様も飛び入り参加され、ご家族様と和やかな楽しい時間を過ごされました♪



※アロマオイルを組み合わせ、自分だけの香りを作ります※



今月の予定

- 8月28日 夏祭り
- 9月 1日 マグCafé
- 12日 ぽっかぽかの会



感染状況により変更する場合があります。  
ご了承下さい。

編集後記

50で始めたランニング、10kmを月に4~8日走ります。調子良ければ東郷湖一周、ちなみに60歳以上女性の方のマラソンで3時間切る世界記録保持者は日本の方です、すごい一言。（音田）

～第146回 ぽっかぽかの会 予告～

- \*開催日時：令和5年9月12日（火）13：30～14：45
- \*場 所：マグノリア地域交流ホール
- \*内 容：栄養士による食事のお話
- \*参加費：無料



残暑が厳しく食欲が落ちるであろう9月。手軽に作れて、家族の食の進みやすいメニューや必要な栄養素のお話管理栄養士がわかりやすくお話しします。皆様のご参加お待ちしております。お気軽にお問い合わせください♪