令和4年12月発行

エルサだより

Vol.40

発行:エルサ上尾

住所:上尾市藤波3-265-1 電話番号:048-787-8686

2階

お茶会♡お誕生日会

お好きな飲み物を選んでいただき、ケーキと 一緒に召し上がられま



3階

炭をおこし、焼き芋作り。 **焼き芋レク** 甘くて美味しく大好評でした。





4階 とんぼ作り

色々な表情のトンボが出来あがりました。









今が旬少冬野菜 を食べよう☆

旬の時期に収穫された野菜は栄養価がアップ! 冬野菜で代表的な"ほうれん草"をご紹介☆ 実は、夏のものよりビタミンCが3倍も多いのです! ビタミンCには、皮膚や粘膜を丈夫に保つ働きや 免疫力を高める効果があります☆

ご自宅のお食事に取り入れてみてください! 栄養科

通所リハビリ

クリスマスに向けて、折り紙でポインセチアを作りました。







ふじなみデイサービスセンター

~家族参観日~

ご家族の方に施設を 見学、体験して頂き ました。







冬場の入浴についての注意点

冬場になると、家の中の温度差で、入浴中ヒート ショックを起こしやすくなります。

入浴前後に水分補給や、脱衣所や浴室に暖房器具を 設定するか、シャワーを使ってあらかじめ温めてお いたり、浴槽の蓋を開けておくなどして、浴室内を 温めておきましょう

お風呂の温度は41℃ぐらいの温度で入りましょう

『職員に 今回は、居宅が インタビュー』磯部さんです。

今回は、居宅介護支援事業所の

現在の仕事内容は?

自宅で介護を受けられる方を担当し、 在宅での支援をさせていただいております。



ご本人様、ご家族様から生活が楽に なりましたと言われた時です。

クリスマスも近くなりました。 エルサの中庭でも、 イルミネーションの明かりが 燈るようになりました。

