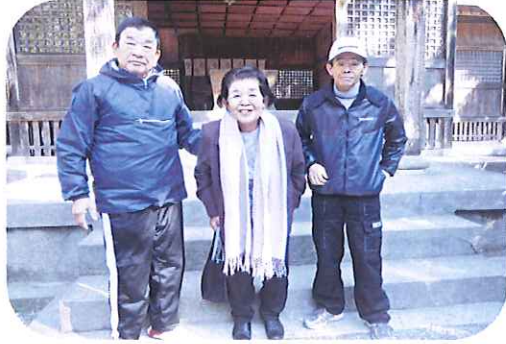


初詣



1月10,15,16,18日 江田神社に初詣！今年も元気で健康に過ごせる様、祈願しました。おみくじを引いて大吉、小吉とそれぞれに運勢を見て、意気込みを語りながらの参拝でした。



1月18日 生花教室



お正月の飾りも片付けた後、春まぢかの色とりどりの花を活けて頂きました。ピンクのバラやマーガレットと、利用者様の感性生かし素敵な花鉢ができました。ホールいっぱい春到来です。

ゆりの里だより

第45号

平成25年2月

小規模多機能の家
グループホーム
高齢者専用住宅
宅老所さずなの里
訪問介護ゆりの里
佐土原町下田島

19658-1

TEL0985-72-0680

URL<http://care-net.biz/45/yurinosato/>

(宮崎市ゆりの里で検索可)

優しい時間(とき)の流れる、絆固い極楽の園
人情・心通わす第二の家 ゆりの里

節分



2月4日は節分でした。鬼は豆を当てられて退散し、福の神が代わりにやって来ました。



！！インフルエンザの流行がまだまだ続きます！！

日常生活ではまず体調を整えて抵抗力をつけ、ウィルスに接触しないことが大切です。インフルエンザウィルスは湿度に非常に弱いので室内を加湿器などを使って適度な湿度60%に保つことは、有効な予防方法です。

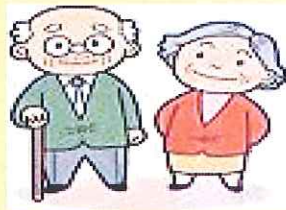
1. 栄養と休養を十分とる
2. 人ごみをさける
3. 適度な温度、湿度を保つ
4. 外出後の手洗いとうがい
5. マスクを着用する

認知症を予防しよう

もの忘れ？それとも認知症？

「会った人のことが思い出せない…」このような経験はありませんか。「もの忘れ」は加齢による生理的な現象で、誰にでも起こり得ることです。一方、「認知症」は脳の障害による病気で、症状の現れ方が全く違います。認知症は、体験した全てを忘れてたり、時間や日付の感覚が薄れたり、理解力や判断力が低下するなどして、生活する上で支障が出ている状態です。

認知症の初期の段階では、一見認知症とは思えず、日常生活も行うことができますが、進行していくとさまざまな症状や行動が現れてきます。



今日からできる認知症予防

- ◆ウォーキングをしよう
- ◆バランス良く食べよう
- ◆頭を使う生活をしよう



〈 お知らせとお礼 〉

*ご家族さまはじめ地域の方々の手作りの野菜等あらゆる温かいお心遣いに心から厚くお礼申し上げます。

*ゆりの里ではノーマライゼーションを運営方針にかかげ、人が人として生きる日々の生活を大事にする中、身の安全、ゆりの里の利用者様であることの証として、利用者様は腕にブレスレットを装着されています。もしも何らかの事態の折には地域の皆様方のご協力を賜りますようお願い申し上げます。

*施設のご見学・ご利用に対するの質問等、お気軽にお電話・ご来所下さい。