

朝光苑デイサービスセンター



た・よ・り



2018年 12月号

「エコノミークラス症候群」を予防しましょう

今年には北海道の地震に始まり、西日本の浸水被害と1年で5個の台風上陸など災害が多かったように思います。そういう緊急事態が起こるたびに、急な生活の変化から運動しなくなり、水分が減少。ストレスから足に血栓（足の深部血管に血の塊ができること）が起こり、その血栓が肺に流れ着くと生命に危険が及びます。「自分には関係ない」と思っている、どうなるかわからないのが震災。ですから、普段から予防の方法を身につけておきましょう。1日3回、1回に20回位の運動を安全に繰り返してみましょ。足の浮腫みにも効果的です。 理学療法士 道野

「エコノミークラス症候群」を予防するための足の運動



出典:厚生労働省(2016年)

保育園交流会

今年2回目の和光市「ほんちょう保育園」との交流会。いつ見ても皆さんの表情がいつもより輝いています。その理由は子ども達の無邪気な姿と、みなぎる底知れぬパワーを肌で感じているからだと思っています。見ているだけで本当にかわいいですね。皆さんもご自身の孫がこんなに小さい時があり、お守をしたよと思い出に浸った方もいらっしゃるのかなと思います。

私自身は自分の子供達の小さい頃を思い出します。そして、こんな頃があったな、今は自分より身長があり、息子の洋服のお下がり自分が回って来る事もあります。親としては、子供達の無事な成長を感謝しなければと思っている、今日この頃です。

保育園児の元気を貰って、また、明日から頑張りましょう! 介護職員 高橋



12月の予定



日	月	火	水	木	金	土	
						1	
2	3 音楽活動	4	5	6 書道	7	8 PT	
9	10	11	12	13	14	15	
年末お楽しみ会							
	PT	PT					
16	17	18	19 PT	20 PT	21	22 誕生会・カレンダー	
23	24 営業日	25	26	27	28	29	
	30	31	誕生会・カレンダー			PT	正月休み 12/29(土)~1/3(木)

※PT=理学療法士が運動を中心としたリハビリテーションを行います

介護ニュース

2019年3月「スマート介護士」という資格を創設します。スマート介護士とは、介護現場で介護ロボットやセンサーなどを活用して、介護のクオリティの向上・効率化を図れる介護士のことです。

スマート介護士の資格保持者が介護現場に増えるということは、それだけ介護ロボットを適切に扱える人を増やすことになり、介護ロボット自体の普及を促すこともできます。

介護ロボットは利便性が高い反面、介護現場ではまだまだ普及が進んでいません。介護人材が不足しつつある中、介護ロボットの導入をめぐる議論は今後もさらに続きそうです。 介護職員 高橋

12月(暮らし)

お歳暮の手配 年賀状の準備
カレンダー・手帳の用意 大掃除
正月の準備

10月(旬の食材)

野菜
かぶ 白菜 カリフラワー ごぼう ねぎ
ほうれん草 小松菜 れんこん 大根
南瓜(かぼちゃ)

魚介
キンキ 牡蠣 河豚(ふぐ) 鰻(たら)
鮭(あんこう)

果物
柚子



求人情報

朝霞地区福祉会 正規職員
・ 看護師 ・ 介護職員

平成31年度卒業新卒者も募集中!
・ 介護職員 ・ 保育士

法人内施設におきまして
パート職員も募集しております。
各種求人情報の詳細は
HPをご覧ください。

