

## NEWS LETTER



しっかり  
動く

自信が  
持てる

生き生き  
活動

口腔も  
清潔に

### = 2月のイベント企画 =

2/ 3(水)、4(木) 節分

2/17(水)、18(木) 紙芝居・寸劇

2/22(月) 移動散髪サービス

※予定を変更することがございます。

誠光福祉会 ホームページ  
リニューアルしています!

誠光福祉会 なぎさ

検索

### 冬でも注意 『冬の脱水症状』

体から水分と電解質が失われる「脱水症状」。  
夏だけでなく冬にも起こることがあります。暖房器具を使う冬は、空気が乾燥した環境となり、特に自覚がないまま皮膚や粘膜、あるいは呼吸から、水分が失われます。

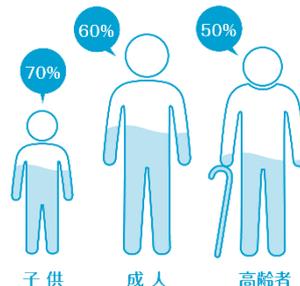
脱水を防ぐために、加湿器の適切な使用や喉が渇いていないと感じてもこまめに水分補給を行うことが大切です。

### 脱水症状のサイン

- ・手先などの皮膚がかさかさする
- ・口内が粘る
- ・体がだるくなりやる気や活力が低下する
- ・めまいや立ちくらみが起こる



体内水分量



### なぎさのコロナ対策!

強化中

飛沫感染対策として、スタッフがマスクと共にフェイスシールドやゴーグルを使用しています。声が籠ったりして聞き取りにくいこともあるかと思いますが、ご理解ご協力の程お願い致します。



# 1月のイベント

自分で立てたお茶は  
おいしいわ♪

## 書初め

納得いくまで書く方もおれば楽しみながら好きな文字を書かれる方など個性あふれる作品ばかり

## 新春お茶会



作法にこだわらず、思い思いの立て方でお正月の雰囲気味わっておられました！



利用者さん、スタッフ共に心温まる年の始まりとなりました

## 今月注目のクラブ

## お菓子作りクラブ

季節感を味わいながら、手順や作業の分担などを意識し調理することは脳への刺激にもなり、コミュニケーションをより活性化させます。なにより自分たちで作ったものは、おいしさも増します。



みんなで楽しみながら  
COOKING!!

- 【効果】
- ・季節感を味わう
  - ・手順の整理、分担
  - ・脳への刺激
  - ・コミュニケーションの活性化

## なぎさの新型コロナウイルスの対策

なぎさでは、ご利用者さんが安心して過ごしていただけますよう感染予防対策を徹底し細心の注意を払い営業を継続しています。



- 運動で免疫力向上
- 草津総合病院との連携
- 利用前の体温測定
- スタッフのマスクの着用
- 手洗い
- 2時間おきの換気
- 触れる部位の消毒
- アルコール消毒

施設内でのご利用者さんの様子をお気軽にいつでも見にいらして下さい。お待ちしております。