

平成23年 11月 14日

第144号

発行元 社会福祉法人博愛会 ルーエハイム

電話番号 372-3811(代表)

暖かい日が続いていましたが、急に肌寒くなってきました。身体が寒さに慣れていないため、風邪を引いたり、体調を崩される方が多いようです。皆さまいかがお過ごしでしょうか。

そろそろインフルエンザの流行も心配な季節になってきますので、十分な睡眠、バランスの取れた食事、そして、うがい・手洗いで元気にこの冬も乗り切っていきたいですね！



★10月26日(水) 合川公民館高齢者・成人学級で作品作り

「作品作り」をご依頼いただき、講師としてルーエハイムから3名でおじゃまいたしました。教室に参加された方々と一緒に、牛乳パックをつかって眼鏡入れを作りました。

牛乳パックと布、綿を少々、後はボンドとテープで作れる簡単なつくいなのですが、箱に布を巻きつけるのに少しコツが必要で、「指先を使うので、ほけ予防になるわー」とのお声もきかれました。同じテーブルの方同士の方がお互い手伝い合っておられました。最後に好みでまわりにリボンや毛糸で飾りをつけて完成です。無事に時間内に、皆さん素敵なめがね入れを完成させることが出来ました。



中には時間内に二つも完成させた手際の良い方も何人かいらっしゃいました。また「家に帰ってからも作ってみるわ」とおっしゃって下さる方もありました。

ご自宅でもメガネ入れ、小物入れとしてご活用ください！



平成 23年度 12月 介護予防教室のお知らせ



ルーエハイムでは、地域の「いきいき介護予防事業」として、太極拳教室・調理や講話など管理栄養士による栄養教室・転倒・尿失禁予防体操教室などを開催しております。

興味・関心ある内容の教室だけでもご参加頂けますので、お気軽にお問い合わせください。

男性の方も是非ご参加ください！！お待ちしております。

- ☆ 開催日：12月 2日(金) 転倒・尿失禁予防
- 9日(金) 口腔機能向上・認知症予防
- 16日(金) 太極拳

☆ 時間：午後 1時 30分 ~ 2時 30分

☆ 場所：ルーエハイム 2階 相談室

☆ 参加費：無料

☆ 募集対象者：概ね 60 歳以上の方、または介護予防に関心のある方



※ ルーエハイムより各地域への送迎も行っております。 ご希望の方はお申し出ください。
車でお越しの方は、駐車場もございます。

お申し込み、お問い合わせ先 ※ お電話にてお申し込みください

住所：鈴鹿市長法寺町763番地 特別養護老人ホーム ルーエハイム

☎ 059-372-3811

担当者 安田・浅岡



★ 在宅介護支援センターでは、高齢者・在宅で介護の必要な方への相談援助を行っております。
内容により、市役所・地域包括支援センターなど必要な各連携機関へのご紹介をさせていただきます。
ご自宅へ訪問してご相談をうかがうこともできます。料金はかかりません。

お困り事、相談事がありましたらお気軽にお電話ください。

在宅介護支援センター ルーエハイム 担当 安田・浅岡

鈴鹿市長法寺町字権現763番地 電話番号 059-372-3811

訪問・来所相談 平日8:45~17:30 電話相談 24時間受付しております