

「プラザイムス」は、患者さま、ご家族のみなさまに院内やIMSグループの医療活動、病気に関する情報をお伝えするコミュニケーションペーパーです。

## ご挨拶

皆さまこんにちは。道南森ロイヤルケアセンターです。  
5月は気候が不安定でしたが、体調は崩していませんか？  
徐々に夏が近づき、暑く感じる日が増えてきました。  
季節の変わり目は体調変化も起きやすいので体調管理を万全に過ごしましょう。  
それでは、今月のロイヤル新聞スタートです。



## 〈かくれ脱水に注意しよう！！〉



今年は気づかぬうちに水分不足に陥る「かくれ脱水」のリスクが、新型コロナウイルスの影響で高まっていると言われています。

### 「かくれ脱水」はなぜ起こるのか？

- ①日常的にマスクを着用し渴きに気づかず、水分補給の回数も減ってしまう。
- ②感染予防で外出機会が減り、水分を保つ役割もある筋肉量が減少してしまう。

### ☆「かくれ脱水」をチェック！

チェック項目で3項目以上当てはまる場合は「かくれ脱水」可能性があります。

- 手先などの皮膚がカサカサする
- 口の中がネバネバし、食べ物が飲み込みにくい
- やる気や活気が低下し、ダルさを感じる
- めまいや立ちくらみでフラッとする
- 食欲がない

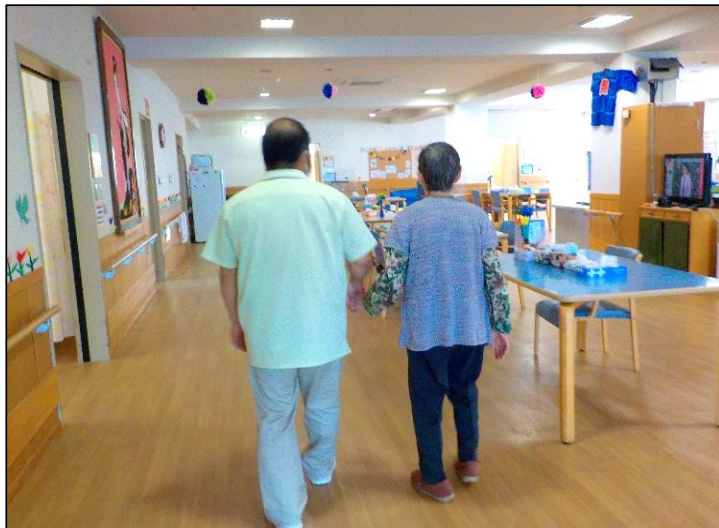


### チェック項目が3つ以上あった方へのアドバイス！！

- ①適度な運動、バランスの良い食事。のどが渴かなくても、こまめに水分摂取。
- ②加湿器などで部屋の中を適度に加湿。

運動に関しては、「自宅で出来る体操&ストレッチ」の内容が道南森ロイヤルケアセンターのホームページに掲載しています。ぜひ検索してみてください！！

# 入所 3階（一般棟）

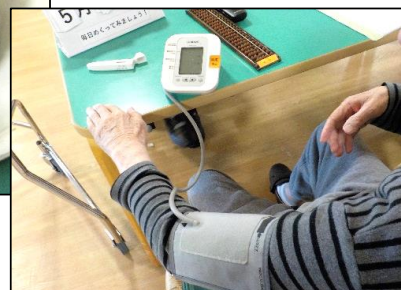


理学療法士と作業療法士が行うリハビリとは別に、職員が付き添いフロア内でリハビリを行っています。

毎日皆さま頑張っております。



## 新型コロナウイルス 感染対策について



「新型コロナウイルス感染予防」実施中です♪♪

感染予防の為、利用者さまには毎日検温と血圧測定を実施しています。当施設では感染予防として、引き続き手指消毒とマスク着用等の感染予防に努めていきます。

## リモート面会



好評実施中

①電話にて事前予約を承ります。

②面会時間は15分程です。

※Web面会の利用時間は、  
平日の14時～16時まで  
となります。





# 通所リハビリテーション



## 6月の予定

- 6月 3日 (木) おやつレク
- 6月10日 (木) 誕生会
- 6月18日 (金) テイクアウト企画
- 6月23日 (水) 運動会
- 6月30日 (水) ロイヤルの湯

## 桜まつり



5月に行われた桜まつりの様子をお届けします✿

ちょうどロイヤルの桜が満開になった頃、通所リハでも桜が咲き乱れました。利用者さまから頂いた『今年の抱負』を花びらに見立て桜を咲かせました。その後は、臼と杵を使って職員が力強い餅つきを行い、利用者さまの声援でおいしい餅がつけました！おしるこ、きなこ餅にいただきました！



## 誕生会

### 鯉のぼり



5月の誕生会では鯉のぼりを使った催し物を行いました（^^）

クイズに正解すると鯉のぼりがドンドン伸びていく仕掛けです！

利用者さま全員に答えていただきとても盛り上がりました！！



## おやつレク

5月のおやつレクでは鯉のぼりパイを作りました！

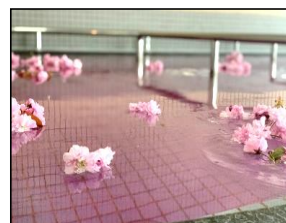
パイの上には生クリーム、チョコレートバナナをトッピングしました！（^o^）



サクサク！  
うまい！

## ロイヤル桜の湯

5月14日にロイヤルの湯と題しまして、摘みたてのさくらを湯船一面に散りばめた桜の湯を提供しました。懐かしい音楽と一緒にゆったりと入浴していただきました（\*^-^-\*）



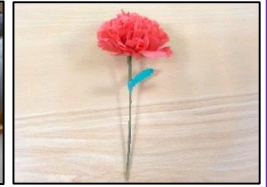
来月は『ドクダミの湯』です



# あじさい



## 5月行事「母の日感謝祭」



今回の行事は「母の日感謝祭」を行いました。母の日のプレゼント作りとして、ハーバリウムとカーネーションを制作しました。個々の利用者さまの個性を活かしたたくさんの作品が出来ました。綺麗なハーバリウムに仕上がりに、楽しい作業時間となりました。

それと同時に造花のカーネーションも作成し手先の器用な方々が多い為、完成度の高い物が出来上がりました。最後は女性利用者さまやご家族さまに向けた感謝状をプレゼントしました。

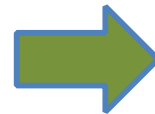
## ～あじさい行事・取組みの様子紹介～

あじさいでは「あじさい播種会」を行いました。利用者さまにお花の種を選んでもらって実施しました。元農家の利用者さまご指導の下、育てています。

大切なお花の種は順調に成長しております。



2週間後



### 発行元

IMSグループ 医療法人社団 明山会  
道南森ロイヤルケアセンター

### 連絡先

道南森ロイヤルケアセンター 電話 01374-3-2111  
道南森ロイヤルあじさい 電話 01374-2-5761

### 住所

道南森ロイヤルケアセンター  
北海道茅部郡森町字上台町326-117  
道南森ロイヤルあじさい  
(※「道南森ロイヤルあじさいの里」建物内)

### ～介護職員募集～

- 介護のお仕事に興味のある方
- これから介護の資格を取る予定の方
- 資格は持っているが、長いブランクのある方
- 介護の資格をお持ちの方

上記のいずれかに該当される方はご連絡をお待ちしております。(年齢:18歳以上)

○連絡先: 3-2111 (担当: 総務課)

※通所リハビリテーションの一日無料体験募集中です。送迎やお食事など、料金は一切頂きません。お気軽にご利用・ご相談ください。