

出前講座に伺いま〜す!

◆ **安土町石寺自治会やまびこ会様**
7/21「健康に暮らすためのからだづくり〜“動く”ことと“食べる”こと」をテーマに講座をさせていただきました。健康長寿のため、日々の生活の中で実践できることについてお話しさせていただきました。(若山晃)

◆ **グループホーム立花様**
8/11「福祉サービスにおける接遇、入浴支援における留意点、腰痛予防について、福祉用具の活用について」をテーマにお話しさせていただきました。障害や高齢者など垣根を越え今後も共に学んでいきたいです。(津田征志・若山晃)

その他、自治会や事業所、会社、団体より依頼をいただき多様なテーマで出前講座を実施しています

お知らせ

すいれん 秋祭

10月14日(日) 11時30分~
【会場】すいれん 守山市川田町 1541-4

ステージ企画に模擬店など楽しい催しを準備してお待ちしております!ぜひお立ち寄りください!



【お問い合わせ】すいれん
TEL: 077-581-4606 山瀬芳樹

Instagram始めました!

ゆうらいふ吉身
Instagram
#ゆうらいふ吉身
日々の様子やイベント案内など発信中!
アカウント: youlife_yoshimi

ゆうらいふ 専門職によるコラムコーナー プロフェッショナル リレーコラム



理学療法士
わかやま 遼
若山 晃
今、一番欲しいものは
ジャイロキャリビです!

厚生労働省は、「2040年までに3年以上健康寿命を延伸すること」を目指しています。テレビや雑誌・本などで取り上げられる健康法には、「〇〇するだけで治る」や「〇〇すれば一生健康」などセンセーショナルなものが多く、試してみた方もいると思います。

しかし、どんな健康法でも三日坊主ではだめです。長続きする健康法は何でしょうか?それは「呼吸・姿勢・歩行」の3つを正しく行うことです。人は、1日2万回以上呼吸し、重さ約5kg



の頭を支え、約6,400歩あるきます。普段無意識で行っていることをちょっと意識して行うだけで効果的な健康法になります。小さな変化から始めて日常生活の一部に組み込むことが長続きの秘訣です。
←ジャイロキャリビ

編集後記

衣替えの季節です。今年こそ、白いTシャツやブラウスを中心に「しま洗い」して片付けたいと思っています。「しま洗い」とは洗濯済みの洋服も、収納の前にもう一度洗濯することです。夏の汚れは皮脂や汗が含まれており、粉洗剤での洗濯が適しているそうです。カラッと秋晴れの日が来たら、実行したいと思います!

◆◆◆ 研修会報告 ◆◆◆

- ◆「食中毒の予防について」7/19
外部講師を招き、①最近の食中毒の動向②今回知っておきたい食中毒菌③食品衛生法改正と自主衛生管理をテーマに勉強しました。6/13に食品衛生法の一部を改正する法律が交付され、全事業所にHACCPに沿った衛生管理が義務付けられることになりました。今後の予防対策について職員間で意見交換をし、学びを深めました。
- ◆「嚥下障害の診断と治療」8/30
草津総合病院 頭頸部甲状腺外科センター 河本勝之氏 嚥下の仕組み、嚥下障害の症状と手術の種類などについて学びました。手術の利点と不利益や、術後の経過や本人の感想なども含めいくつかの事例を紹介いただきました。
- ◆「ゆうらいふの防災対策」9/20
今夏は豪雨災害、台風災害、地震と多くの自然災害が起こり、災害対策への新たな課題が連日報道されました。この学びを活かし今後のゆうらいふの防災対策を見直す機会として部門ごとに意見交換を行い対策を検討しました。

ゆうらいふ通信

平成30年10月発行



9月17日、花梨どこでもサロンで「フルーツとピアノのアンサンブルコンサート」を開催しました。〈ピアノ〉岡本敦子さん・〈フルート〉純香さん(母娘)が、素敵な演奏を披露くださいました



特定非営利活動法人ゆうらいふ 事務局
守山市立田町 1231-4
TEL: 077-585-4070
【Web】http://www.youlife.ne.jp
【メール】info@youlife.ne.jp

- ゆうらいふ ● 居宅支援事業所 ● デイサービス ● 総合事業 ● 福祉用具販売 ● 事務局
〒524-0214 守山市立田町 1231-4 ☎077-585-4070
- すいれん ● グループホーム ● デイサービス ● 総合事業
〒524-0001 守山市川田町 1541-4 ☎077-581-4606
- かりん 花梨 ● 小規模多機能型居宅介護事業所 ● グループホーム ● 事業所内保育所(認可) ● ナースステーション ● ヘルパーステーション ● 定期巡回・随時訪問型訪問看護
〒524-0214 守山市立田町 4135-1 ☎077-599-0531
- ゆうらいふ 吉身 ● 居宅支援事業所 ● 総合事業
〒524-0021 守山市吉身 3丁目 3-8 ☎077-598-5035

トピックス

ゆうらいふの取り組みや、各事業所の活動、介護の情報など配信中です!

- ごあいさつ
- ゆうらいふトピックス
- キラリ人★
- 新スタッフのご紹介
- コラムコーナー「プロフェッショナル」など

Find us on Facebook