

## 車椅子社交ダンス

10月10日、誕生会に車椅子社交ダンス普及会富士五湖支部の方々が懇問で来荘され、車椅子ダンスを楽しみました。

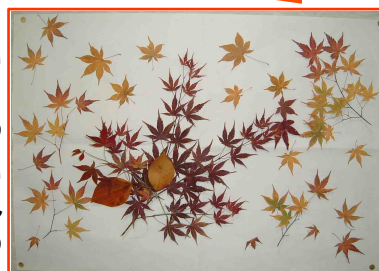


最初は戸惑っていた利用者も、楽しそうに踊る姿を見て、次第に踊りの輪の中に加わっていききました。満面の笑顔で踊っている姿に、私達職員も拍手喝采。若い頃に帰ってあの笑顔を見せてくれたのかと思うと、エールを送りたくなりました。



## 文化祭

11月3日文化の日に合わせ、私達白樺荘でもロビーを利用して、毎年展示会を行っています。毎日の限られたレクリエーションの時間を利用して、貼り絵やビーズで作ったすだれ、押し花などの作品を創作しています。少しずつ作品が仕上がっていき、完成した時の喜びが、少しでも皆様に伝えられればと思います。今後も頑張っていきたいと思っておりますので、楽しみにして下さい。



介護老人保健施設 白樺荘

## 職員紹介



看護副主任  
永井 有里

多資格者でパラグライダーもできる白衣の天使。



介護職員  
渡辺 尚樹

バタフライもできるスポーツマン。すてき♡



介護職員  
佐藤 郁美

柔道家で白樺荘唯一の10代。若い!!

## シリーズ② -脱水は万病のもと-



寒さが厳しくなってきましたね。寝床の準備とともに、電気毛布のスイッチ ONの毎日ではないですか？寒くてなかなか寝付けないのも体によくないけど、ポカポカに暖まっている寝床で、朝起きたら皮膚がかさかさ乾燥していたら SOS、身体の水分が失われている状態です。口から入った水分は、血液などの体液となって全身をたえず循環しています。その血液中の水分が不足し流れが悪くなると、いろいろな病気の引きがねとなります。電気毛布などは最低の温度にするか、床に入ったらスイッチオフにし、起床時にはコップ一杯の水を飲むなど、脳血栓などの予防に努めましょう。

## 編集後記

暖冬かと思いきや、本格的な寒さがやってきました。「しらかば」第1号発行から4ヵ月が過ぎ、早くも2号の発行となりました。広報委員一同、行事を振り返りながらの写真選び、不慣れな記事作成と頑張っておりまして。少しでもご利用者の日々の様子が伝われば幸いです。皆様のご意見、ご感想などお待ちしております。

### 編集・発行 介護老人保健施設白樺荘編集・広報委員会

介護老人保健施設 白樺荘  
山梨県富士吉田市新屋1552-3  
TEL: 0655-24-4211  
FAX: 0655-24-4212

白樺荘居宅介護支援事業所  
山梨県富士吉田市新屋1552-3  
TEL: 0555-24-8808  
FAX: 0555-24-8808