

緑寿苑だより

4月

ようやく、暖かな春がやってきました。皆様、日本の春の風物詩、桜は満喫されましたでしょうか。新年度を迎えました。フレッシュな気持ちを忘れずに過ごしたいですね～！！



お花見

お花見の季節が到来しました。今年は、緑寿苑と東加古川病院の敷地内に咲いている桜の木を、職員とともに何班かに分かれて見ていただきました。長距離の移動が困難な

利用者様もおられるため、屋上からもお花見をしていただきました。桜の木は少し遠めでした

が、普段、室内で過ごすことが多い利用者様に、太陽の温かさや春の風を短い時間で感じていただくことができ、いい気分転換になられたと思います。



～新入職員のご案内～

若さあふれる高校新卒の2名が、4/1に入職しました。介護職員として、2階に「橋本 樹生（はしもと たつき）」、3階に「中倉 永望（なかくら とも）」が勤務しております。まだまだ、慣れないことばかりで、緊張の毎日です。暖かく見守っていただけますよう、よろしくお願い致します。



標準体重 (BMI) について



1,994年にWHOが定めた肥満判定の基準です。最近はこのを基に成人～高齢者の体重管理をするのが主流です。(当苑でも使用します)

標準体重(BMI) = 体重(kg) ÷ 身長(m) ÷ 身長(m) で計算します。

例) 150cmで50kgの方: $50 \text{ kg} \div 1.5 \text{ m} \div 1.5 \text{ m} = \text{BMI } 22.2$

統計上 BMI22 が最も病気になりにくいと言われています。



	BMI
低体重(やせ)	18.5未満
普通体重	18.5以上～25未満
肥満(1度)	25以上～30未満
肥満(2度)	30以上～35未満
肥満(3度)	35以上～40未満
肥満(4度)	40以上

当苑では毎月皆様の体重測定をしています。足の筋力低下や膝の変形のある方は体重の増え過ぎが歩行・立位リハビリ時に負担になります。痩せが進むと褥瘡発生や転倒時の骨折リスクがアップします。個々の体重の歴史を参考にしながら、お一人お一人にあった標準体重を目標にと考えています。

(給食管理課)

ご家族様へ



①衣替えのお願い

・・・暖かくなってまいりました。私服をご利用いただいている利用者様につきましては、春の衣替えをお願い致します。また、この機会に、名前が薄くなっていないか、ボタンの取れがないか等、ご確認いただけますでしょうか。何かとお忙しい時期だとは思いますが、よろしくお願い致します。

②利用者様 満足度アンケートについて

・・・ご協力いただきありがとうございました。頂きました貴重なご意見を、今後の施設サービスの向上に生かしていきたいと思っております。



行事案内

喫茶活動 **2階(毎週木曜日開催)**

3階(毎週火曜日開催)

いなみ野学園コーラスサークル(歌、踊り、マジック)

:5月11日(水) 14:00～(4階ホール)



老人保健施設 緑寿苑 〒675-0101 加古川市平岡町新在家1197-3

[TEL] 079-425-2270 [FAX] 079-424-3134

居宅介護支援事業所

[TEL] 079-424-3214

平成28年4月号

