

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したが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

