

わくわくの里だより

2023 年 1 月号

小規模多機能型居宅介護
わくわくの里
瀬谷区橋戸 3-69-2
045-300-0606
発行責任者 飯塚陵子

あけましておめでとうございます

昨年は地域の皆様に温かく見守っていただきありがとうございました。穏やかな天気の中、2023 年がスタートしました。わくわくの里は今年も地域に密着したサービスを心がけていきたいと思っておりますので、どうぞよろしくお願いいたします。



感染対策強化によりクリスマス会は中止になりましたが、食事や壁面飾りでクリスマスを楽しみました。



祝 12 月のお誕生日会



天気の良い日は散歩へ...



その他の活動



中止のお知らせ 1 月の墨笑会、地域交流会、野菜販売は中止となります。

～わくわくの里からの耳より情報コーナー～

★防災特集★ ～今すぐできる防災対策3つ～

1. 自宅内を安全な場所にする
 - ・ 不要なものは捨てておく
 - ・ 大きな家具は固定する
 - ・ 重い物は下に収納する
 - ・ 出入り口や通路に物を置かない
2. 避難時に困らないための準備
 - ・ 非常用持ち出し品の準備
 - ・ 避難場所の確認
 - ・ 避難方法の確認
 - ・ 避難行動要支援者名簿への登録 (災害時にひとりで避難が難しい人)
3. 備蓄品を用意する

※備蓄品は消費期限の管理が難しいので、普段の食品を少し多めに買い置きして、食べたらその分を買い足していくと良いです

【日頃からやっておきたいこと】

- 1) 地域の防災訓練に参加する
- 2) 近所や地域の人との交流
- 3) 医療機器 (電動車いす、電動ベッドなど) の点検、緊急時のシミュレーション

災害時の「これくらいなら大丈夫」は危険! 防災の正しい知識が身を助けます

食べ慣れない非常食より、賞味期限の長いいつものお菓子や缶詰がおすすめ

ALSOK の介護「高齢者に必要な災害時の備えとは? 今すぐできる防災対策3つ」より