



# はなその小規模便り



明けましておめでとうございます。  
令和7年も、はなそのケアセンターを  
宜しくお願い致します！！

昨年は、地域の皆様におかれましても、はなそのケアセンターの運営にご協力いただき、大変お世話になりました。

今年も、感染には十分に注意しながらいろんな楽しい企画を準備します！！  
皆様が末永く幸せに生活できるように職員一同業務を励行していきます！



## 飾り付け



## イルミネーション見学！！



### 1月のワンポイントアドバイス 『冬場の転倒リスクについて』



看護師  
竹林 鶴代

#### 冬は高齢者の転倒に要注意

高齢者は、体力や筋力が低下しているため、厚着になることで身動きがとりづらく、バランスを崩して転倒に繋がることもあります。

#### 冬の家の中での転倒リスクと予防

- ・家の中でも、冬は転倒リスクが高いため注意して過ごしましょう。
- ・カーペット・マットで滑っての転倒。
- ・暖房器具のコードにつまづく。
- ・厚い靴下などの厚着による階段の上り下りによる落下
- ・冬場の室内は、暖房器具による転倒リスクに要注意です。特にカーペットやマットなどの布は、滑ってしまう原因になります。すべり止めを下に敷くなどして、怪我対策をしましょう。

#### 冬の転倒予防には以下のポイントがあります。

- ・室内ではコードや家電類に注意して歩く。
- ・厚着で足元が見えづらくなるため、階段の上り下りは慎重に。
- ・高齢者が転倒した場合はすばやく対処することが大切。
- ・体操や運動を継続的に行い、筋肉を鍛える。
- ・冬場は耐滑靴を選ぶことで転倒を予防できる。

### お知らせとお願い

熊本県内で、今後も新型コロナウイルスやインフルエンザウイルスの感染が懸念されます。

新型コロナウイルス、その他感染症防止対策として、皆様に安心してサービスを利用して頂けるように、今後も感染対策をしっかりと行っていきます。

皆様にも引き続き、

- ①「ご家族様の体調・周囲の感染状況」
- ②「県外への行き来や接触」の確認を行わせて頂き、感染情報などがありましたら情報の提供・ご理解ご協力の程、宜しくお願い致します。

◎ご自宅でも換気や手洗いの徹底、マスクの着用などの基本的な対策をお願いします。

◎冬に流行する感染症として、ノロウイルス感染症もありますので、食事をされる際は、食材の十分な加熱や召し上がられる際の手洗いがいもしっかりと行って頂きますようよろしくお願い致します。

### 1月の行事予定

- ・誕生会
- ・新年会
- ・書初め
- ・開運レク

はなそのケアセンター

〒860-0072

熊本県熊本市西区花園7丁目25-23

TEL: 096-359-3399

FAX: 096-359-3330

<http://www.shunkokai.jp>

