

# 作品展

利用者の皆様が完成された塗り絵や貼り絵です。  
どれも色鮮やかに仕上げてくださいました。塗り絵も細かい部分まで丁寧に塗られていますね。本当に高原の利用者様は手先が器用で驚きます！

～ひなまつり～



～お花～



～動物～



迫力満点のトラ！

細かく丁寧に塗り絵が  
仕上がっていますねー

～その他～



おいしそうなお団子～



# 正しい手洗いの仕方

新型コロナウイルスへの1番の対策、予防策とされている手洗いとうがい。  
手洗いを行う際には、水洗いではなく、必ず手洗い石鹸を利用しましょう。  
外出先から帰宅された際には必ず手洗い石鹸で手洗いをし、感染予防していきましょう。

## 正しい手洗い方法



目に見えない細菌やウイルスは、水だけでは落とすことができません。そこで大切なのは石鹸を使って手を洗うことです。石鹸を使って手洗いをすると、石鹸の成分によって細菌の細胞が壊れるので、細菌をやっつけることができます。

# うがい

うがいは、菌やウイルスを洗い流したり、のどの乾燥を防いだりする効果があるので、うがいをするとうがいを予防することができます。また、のどを潤して異物を痰とともに排出する繊毛という毛の運動を活発にさせます。口の中の雑菌が肺に入って肺炎を起こす「誤嚥性肺炎」の予防にも効果があります。口の中をきれいにして滑らかにする「良い習慣」を身に付けていけると良いですね！

ブクブクうがい：口の中の汚れを取り除きます。うがいはまずブクブクうがいから始めます。  
ガラガラうがい：のどの奥の汚れを洗い流します。のどに潤いを与え、風邪予防に効果的です。



10～15秒のうがいを最低3回行いましょう。

桜のリース、桜の壁画作り！

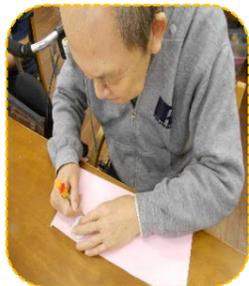
春といえば桜。高原のフロアを桜でいっぱいにし、利用者様にも春を感じていただこうと思います！高原では3月から「桜のリース」と、「桜の壁画」の製作に取り掛かっていました。どちらも細かい作業になりますが、皆と一緒に頑張りました！



できましたよ～



こんでいいの？



～～～！



桜の壁紙は横約 30 cm、縦約 40 cmの大きさの壁紙です。お一人様 1 枚ずつ仕上げてもらいました。好きなところに桜の花びらを貼り付けてもらいました！

桜のリースの花びらの真ん中は、綿棒を切つて色付けしてくっつけて頂きました！私でも目を細めないと見えないほどの細かさでしたが、頑張って集中して完成しました！今回も皆様お疲れ様でした！

高原テイサービスセンター理念

- 1 何でも話し合えるアットホームな環境作りに努めます。
- 2 地域社会において自立した生活が行えるよう利用者一人ひとりのその人らしさ(個性)を尊重し、利用者様に寄り添った介護を実践します。
- 3 安全で安心な質の高いサービスを提供できるよう常に学習意欲を持ち、スキルアップを図ります。
- 4 地域とのつながりを持つことで、信頼のあるテイサービスを目指します。

