

いつもお世話になりありがとうございます！

秋に入り、朝晩が寒くなる日もあれば、日中は半袖でも大丈夫なくらい暑い日があったりと体調を崩しやすい日が続いております。皆さまも体調にはお気を付けてお過ごしください。

1年ぶりのプチスマイルへの掲載になるため、何をお伝えしようかとあれこれ考えてまして・・・
11月はどんな月かと言いますと、私の誕生日の月でもあります(笑)

もう祝ってもらってもありませんが、子ども達その日を楽しみに、当日祝ってくれるため、歳をとった事を毎年思い出させてくれます。

(子ども達はケーキが食べたいただけだと思います)



そんな私も今年で34歳になります。

30代に入ったら月日が過ぎるのが早いぞと周りの方から言われていましたが、30代になってから本当に早い事を実感しています。それだけ充実した日々が送れているのだと思うようにしています！

そんな中、4月に会社の代表に就任し、「地域の暮らし」をキーワードに会社の皆で1つずつ形を創っているところであります。私の小さな頃から今までを支えて頂いている皆さまや地域へのお返しを、仕事を通してこれからも行っていきたいと思えます。建築の本社に在る事が多いため、ケアすぎけん・リハすぎけんの利用者の皆様と顔をあわせる機会が今まで少なかったですが、ケアすぎけん・リハすぎけんの社屋にも時々居ますので、見かけた際にはお声がけください！

まだまだ道半ばですが、残りの30代、精一杯走り抜けようと思えます！



(代表取締役 杉本 健太郎)

全国火災予防運動

秋の全国火災予防運動が始まります。

毎年11月は火災が発生しやすい季節となるため、秋の全国火災予防運動が消防庁によって行われます。

皆さんは自宅や職場のどこに、どれくらい消火器が置いてあるかご存じでしょうか？

恐らく正確に当てることが出来る方は多くないのではないのでしょうか？

これを機に消火器の置き場所を確認しておきましょう！そして使い方ですが「ピノキオ」に聞け！という覚えがあるそうです。



ピ・ピンを抜く
ノ・ノズルを火に向ける
キ・距離を取る
オ・押す



これが基本的な動作です。いざ火災が起こってからでは説明を見る暇もないと思います。

この「ピノキオ」だけでも覚えておきましょう。

また消火器は定期的な点検が必要で使用期限もあります。期限切れのものを設置していて、いざ火災が起きた時に使用できないことがないように注意をしましょう。

災害や震災は無くすことは出来ませんが事前に準備しておくことで被害を最小限に留めることは出来ます。日頃から備えあれば憂いなしの精神を心がけましょう！



(ケア・すぎけん 下垣 奈津子)

ケア・すぎけんコーナー

これは便利



☆自動ラップ式ポータブルトイレの新製品登場！

ポータブルトイレをご使用の方の悩みと言えば「後処理」「臭い」「感染症の不安」等があげられます。ご家族でも、ご本人の心理的負担もかなり大きくなります。

自動ラップ式の既存商品は、介護保険を利用し購入していただける福祉用具購入の限度額10万円を大きく超えていましたが、今秋限度額内で購入いただけるタイプが新発売されますのでご紹介いたします。

電気でラップする方式ですので、後処理や臭いなどはずいぶん解消されます。その反面、停電時は動作しない点や、消耗品(袋と凝固剤)を継続的に購入しセットしなくてはならないなどのデメリットもあります。使用される環境など十分ご相談してから購入していただくのが良いかと思えますので、どうぞお気軽にお問い合わせ下さい。



肘掛を取り外すと移乗がスムーズに



バケツでも使えます(別売り)

ラップオープン

R6年11月14日より販売開始

*販売価格はお問い合わせ下さい。



ボタンひとつで排泄物をフィルムの中に密閉します。あとは紙おむつ同様の処理になります。



普通便座・やわらか便座・暖房便座から選べますが、自己負担額が増える場合もあります。

*消耗品は介護保険の対象外になります。(60回分 ¥3,450)

☆体温で蓄熱&保温 4WAY アルミシート入り寝袋

暖暖 あったか 4WAY シュラフ



寝袋に



たたむとクッションに

電気不要! 災害時にも役立つ!



腕を出して着る毛布に

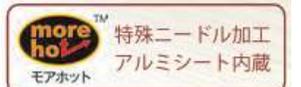
ふわわりフリース



ブランケットに

腕出しファスナー

販売価格 ¥6,800 (内消費税¥618) 定価 ¥9,680



お問い合わせは ケア・すぎけんまで TEL 0772-68-5111

杉さんのひと一言

いつもお世話になってありがとうございます。

11月になりました。めっきりと朝晩は寒くなってきて、野に山に少し紅葉が見えるようになりました。この前まで夏の暑さが残っていましたが、この頃は寒さを感じるようになってきて、秋が短くなったなあ〜と実感しています。みなさんも元気でしょか？地球が温暖化をすればする程、四季がなくなり亜熱帯地方の国のように、雨季と乾季の二極化に向かうそうです。

さて、先月は衆議院議員選挙が行われました。

今回の選挙は「裏金選挙」だとか、言って始まりました。私個人の感覚では選挙の焦点が今一度分からない部分がありました。自民党の「政治と金」の問題も大きな問題ですが、与・野党の論点と国民や個人の論点がかないずれている事を感じました。与党は与党で裏金づくりや不明瞭な金の流れを退ち切る事など毛頭考えていないし、野党は野党で政権を取ることばかりで、どんな国家をめざすのかはっきり言わないようでした。そういう政党の論理ばかりで、国民不在という感じでした。

私たちが国民はまず、それぞれの生活や将来に対して不安をかかえています。

毎年のように物価は値上がり、実質賃金は伸びません。その様な国民の不安定な生活に対し、どのように政治が変えてくれるのかを具体的に話してほしいと思います。国会議員の先生方は、国民の痛みやつらさをまず第一に感じてほしいです。自分たちの事や政党の都合を優先しているように思えてならないのです。明治維新の時のように骨太の政治家の登場を期待していますが、どうしたら良いのでしょうか？今回の選挙で益々、国の方向性が分からなくなってきたように思います。

みなさんはどの様に思われたでしょうか？

今月もありがとうございます。

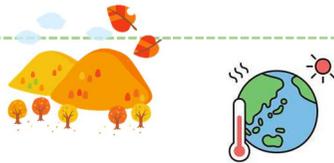


(談 杉本 孝史)

編集後記

先月は、娘の最後の保育園運動会がありました。子供たちで親子競技を何にするかを考え、今年は「親子つなひき対決」をしました。子供たちが必死に引っ張って頑張っている姿はカッコよくて、勝った時の嬉しそうな笑顔はとても素敵でした😊残りの保育園生活を有意義に過ごしてほしいと願っています。朝晩と特に寒くなってきましたので、みなさん体調を崩されないようにお気をつけてください。

(談 杉本 沙也加)



プチ住マイル

11月

No.221 R6.11.1

発行元：株式会社 杉建
住所：与謝野町字石川 537-3
TEL：0772-42-6955
FAX：0772-42-0501
Mail：sugiken@triton.ocn.ne.jp
HP：<http://www.sugiken.jp/>

＊新築工事 in 与謝野町 完成を迎えました＊

与謝野町にて、新築工事をお世話になっており完成を迎えました。

「勾配天井リビングのある平屋」で、広々と開放的なリビングの素敵なお住まいとなっております。10月にはお施主様のご厚意により、完成見学会も開催しました。大切なお住まいをお貸しいただきまして、ありがとうございます。お施主様、完成誠にありがとうございます。アフターメンテナンスを含め、今後共々永いお付き合い何卒宜しくお願い致します。ほんの一部ですが、ご紹介をさせていただきます。

広々としたリビング。天井には、シーリングファンがあり空気の循環を行います。インテリアとしても取り入れる事ができ、室内の雰囲気グッと引き上げてくれます☆



キッチン裏には、たっぷり収納できる造作の可動棚♪



洗う→干す→畳む→収納が出来る家事ラク動線に！





リハ・すぎけん

秋のレクリエーション祭り!!



～冷性と温性の食べ物～

冷を感じる季節は、冬が最も多く、ついで秋から冬、一日のうちでは、就寝前が多く、ついで朝です。また、寒冷時や雨天のときにひどくなります。冷を予防するには、外からと内からの冷を防ぎ、そして、体を温めることです!!

冷性の食べ物

葉もの野菜、大豆、豆乳、コーヒー、スナック菓子、チョコレートなどがあります。

温性の食べ物

しょうが、ねぎ、にんにく、ごぼうなど



setuca モデルハウス プチリニューアルしました!



setuca モデルハウスを一部プチリニューアルしました◎クロスはグレーのアクセントカラーを貼ったり、各お部屋に合う照明器具に取り換えました♪相談会などでお越しの際は、是非住みづくりの参考にしていただければと思います! 一部、ご紹介させていただきます。



畳の間に合う、和モダンな雰囲気を感じられる照明♪

天井を張り、収納スペースや子供の遊び場にできるロフトスペースに♪

目に見えない敵から身を守る!

お部屋のダニ対策をご紹介します



秋はアレルギーや喘息などの症状を訴える人が増加します。その原因のひとつが「ダニ」によるものといわれています。ダニは高温多湿な時期に発生し繁殖しますが、本当に注意が必要なのは、衣替えや布団の入れ替えをする、まさにこれからの季節。なぜ、夏ではなく秋に注意が必要なのでしょう? その対策をご紹介します!

ダニが繁殖しやすい場所とは?



アレルゲンを取り除くには?



高温多湿になりやすい場所は要注意! とえば、夏の間押し入れにしまい込んだままの布団には、数万～数十万のダニがいるといわれます。肌寒くなって布団を出す頃には、その中にアレルゲンがたまっている可能性が高く、想像しただけでも不安になります。特に布団は顔の近くで使うことが多いので、アレルゲンを吸い込みやすく、注意が必要です。

このほかにも、カーペットや畳、ぬいぐるみ、布製のソファや座布団にもダニが潜んでいます。

丸洗できるものは洗濯機で洗うと、その多くを取り除くことができます。でも、家庭で布団を洗うのは簡単ではありません。布団の場合、天日干しをしたあと両面を掃除機で吸い取るだけでも違いがでます。目安は週に1度、1㎡あたり20秒以上掃除機をかけるのがよいそう。部屋の掃除は手前から奥に向かってするのがポイント。また、ダニを予防するのなら、畳の上にカーペットを敷くのは厳禁。ソファはレザーやビニールを選ぶのがおすすめです。