



素敵なバラの花束ですね



イベント写真展

笑顔がいっぱい

花筏

祝・長寿!

6月10日(木)に100歳のお誕生日「百寿」を迎えられる方のお祝いをしました。本来であればご家族にも来ていただきたかったのですが、コロナ禍でなかなか、フロアのご利用者やスタッフで細やかですが、お祝いの会を開催させていただきました。

祝ご長寿



小声で「かんぱーい！」

発行 ナーシングホーム智鳥  
発行日 令和3年7月17日  
連絡先 門真市北島町12-3

フロアにはご家族が作成された「百本のバラ」のアレンジメントなどで飾り、リースデーケーキのろうそくもご本人が元気に「ふーっ」と息を吹き消されていきました。

「すごいね。おめでとう！」と盛大な拍手がおくられました。

また、6月27日(日)には居酒屋イベントを開催しました。実際のお店のようにご利用者の方はチケットを購入していただき、好きな食べ物や飲み物

暑い夏を乗り切ろう!

いよいよ本格的な夏に変わってまいります。暑くなると身体がだるくなり、食欲も低下します。所謂「夏バテ」の症状ですね。今回はそんな夏バテに負けない為のアドバイスをさせていただきます。

をご注文頂きました。スタッフの「みなさんカンパニー!」の声で「居酒屋ちどり」は開店し、焼き鳥や枝豆、卵焼きなど召し上がっていただきました。職員や他のご利用者の方とお話されたり、久しぶりの行事を笑顔で楽しまれました。(山本)



①温度差は5℃以内  
暑い外と涼しい室内を頻繁に出入りしていると、身体がその温度差についていけず、自律神経のバランスを崩してしまします。空調の設定温度は5℃以内を目安にするか、除湿設定にするだけでも快適さアップになります。

②生活時間を早める  
朝の涼しいうちに自分にあった適度な運動をし、シャワーを浴びて汗を流す。汗とともにストレスも流れていきます。

③夏を乗り切る食事  
暑さで食欲がなくても、1日3食きちんと摂る事が大切です。胃に負担がかからない消化のよいものを少しづつでも摂りましょう。また香辛料(シヨウガ・ネギ)を上手に使いましよう。(石川)

春がやってきました

今年空梅雨かと思っていたら、突然の豪雨に見舞われるなど、最近の気象状況は驚くことが多いですね。今年の七夕も梅雨真っただ中で、雨がしとしと降っており残念ながら天の川も見ることができませんでした。しかし、何とんでも天の川を皆さまに見て頂きたい!という事で、7月7日の昼食は天の川に見立てた素麺をご提供しました。



ちょっと豆知識

様に血流改善効果があり、エアーコンなどで知らない内に冷えてしまっている身体にとっても効果的です。またお酢のサッパリした風味と彩りが食欲を増進してくれるそう。食欲がないなあという方は是非試してみてください。(大北)



編集後記

ご利用者とスタッフのワクワクン接種も7月中旬で終了し、少しずつ実施できる範囲でのイベントを開催したりするようになっています。またご面会ができる状況に至っていないのが心苦しいですが、ご入居されている皆さんが少しでも楽しく過ごせるように今後も努めてまいります。(大北)