

花

筏

迎春

祝・受賞!

これらの取り組みが評価され、12月24日(金)日本政府から「SDGsアワード特別賞」を受賞しました。

発行 ナーシングホーム智鳥
発行日 令和4年1月17日
連絡先 門真市北島町12-3

その受賞を受けて、104歳のご入居者の方に岸田総理大臣宛てにお礼のお手紙を書いていたいただきました。
また後日、その表彰の表敬訪問で施設の代表として門真市長を訪問しました。他のご利用者の方も、オンライン中継で参加していただきました。(山本)



新年明けましておめでとございます。本年もよろしくお願ひいたします。
さて、ナーシングホーム智鳥は門真市内の介護事業所などが連携して活動している「ゆめ伴プロジェクト」に参加をして、認知症でも輝ける町作りに、ご入居者と共に日々活動に参加しています。
最近ではドバイ万博日本館で、来館された方への「おもてなし折り鶴」を作ってもらいました。



今回は気持ちがリフレッシュする「プ子温冷交代浴」をご提案させて頂きました。
新年を迎えて、気持ちを一新、仕事や趣味に頑張りが取れないという方は是非、ご検討ください!

入浴方法を見直そう!

「温冷交代浴」とは文字通り、温かいお湯と冷たい水を交互に触れることで、これが血管の拡張と収縮を繰り返して、末梢血管の循環やむくみの解消、疲労により発生した炎症物質を減らす効果が期待できます。
具体的には40℃のお湯に3分間ほど肩まで浸かったら、湯船から出て、30℃ほどのぬるま湯を手足先からシャワーで30秒ほどかけます。これを3回繰り返します。

難しくはないので、ご検討ください。ただ、持病がある人や健康に不安のある方は無理せず、心配なら医師に相談をしてから始めてください。(石川)



もうすでに習慣になつていても多いと思いますが、「うがい」について考えたいと思います。
殺菌効果のあるうがい薬を使う場合は別ですが、水だけのうがい自体に感染症予防効果はありません。
「えく、じゃあ意味ないか

ちょっと知識

「うがい」は「うがいのする事で喉に貼り付いた菌やウイルスを流したり、乾燥を防ぐ事で結果的に感染予防になつてからです。正しいうがい方法は、ネットなどでも掲載しているのので、ご確認頂きたいと思ひます。
(大北)



リクエスト企画 餃子パーティー

昨年の年末に開催した餃子パーティーについてお知らせいたします。
ご利用者の皆さまに食べたいメニューをお聞きしたところ、「餃子とビール」というご意見がありました。
よし、是非熱々を召し上がって頂こう!という事で、いつもはご提供しない冷凍餃子を仕入れました。
そうです、かの有名な味の素の餃子です。誰でも簡単に美味しい餃子ができあがる魔法の餃子。相談員の山本と事務員の早野が焼き手になり、ご利用者の目の前で焼いて焼いて焼きまくりました。それは全身から餃子の香りが出るといいます。(笑)。
しかし、初めてのことでなので上手に焼けるかとても心配でしたが、ここは魔法の餃子が上手に仕上げてくださいました。
また飲み物はノンアルコールビールをご提供し、熱々の餃子と冷たいビールをお腹いっぱい楽しんで頂きました。



意見をできる限り献立に反映し、楽しく美味しくお食事をして頂けるよう努めて参ります。
(和田)



編集後記

新型コロナウイルスのオミクロン株の発生でまたも自粛しないとけない雰囲気になつてきております。その関係で既に告知のとおりご面会も制限する事になり、大変申し訳ございません。
引き続き、花筏やインスタグラムにて、皆さまの日々のご様子を発信いたしますので、ご理解とご協力の程、よろしくお願ひいたします。(大北)

イベント写真館



ゆめ伴の代表で受賞式に出ましたよ!!



餅つきもしましたよ!!