



広報りんどう

第06-4号(通算99号)

発行：りんどうの里

吾妻郡高山村中山2715-2
TEL:0279-70-5100
FAX:0279-70-5101
<http://www.rindo.jp>



七月七日は七夕に
合わせ、利用者様に
願い事を短冊に書い
ていただき、七夕飾
りを作り、施設内に
飾りました。
願い事の多くには、
家族の健康を祈願す
るものや「家族に会
いたい。」など沢山
の素敵な願い事があ
りました。



七月の季節風呂は、
びわの葉を使用した
「びわの葉風呂」を
行いました。
びわの葉には美肌
効果があり、あせも
やかゆみなどの肌荒
れに効果的とされて
います。
「お肌がつるつる
になった。」と、と
ても好評で入浴を楽
しまれていらっしや
いました。



七月二十六日に、
スイカ割り大会を開
催しました。
目隠しをして、他
の利用者様からの誘
導を頼りに右や左へ
と。
無事に割れたスイ
カは、おやつの時
間に召し上がって頂
きました。夏らしい行
事に、皆様からは大
変好評でした。



八月の季節風呂は、
ハーブ風呂を行いま
した。
四月に種を撒き育
てた、レモンバーム
を使用しました。
浴室全体に漂うハー
ブの香りには、自律
神経に働きかけ、心
身のコンディショ
ンを整える効果が期
待されています。
入浴された方は、
心も身体もリラック
スすることが出来ま
した。



納涼祭

八月五日に納涼祭を開催しました。

金魚すくいや、ヨー

ヨー釣りは大変好評で、皆様楽しまれていらつしやいました。おやつには、アイスクリームが提供されました。暑い日がまだ続いていますが、冷たいアイスやジュースで暑さを吹き飛ばすことが出来ました。

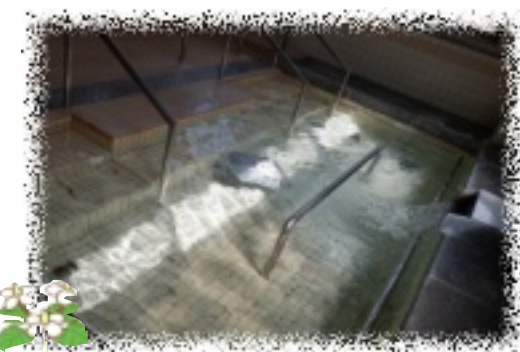


どくだみ風呂

九月の季節風呂は「どくだみ風呂」を行いました。

どくだみ風呂には、血流を促進する作用があり、冷え性の改善の効果が期待されています。

夜になると気温が下がりやすい季節になりましたが、どくだみ風呂に入り身体の芯から温まること出来ました。



敬老の日

九月十五日にご長寿の方のお祝い会を開催しました。

ご長寿の方には、長寿のお祝として賞状を贈呈させて頂きました。賞状を受け取られた方の中には、涙を流して喜ばれていました。

和やかな雰囲気になりました。



お誕生日会

九月二十日に八月・九月生まれのお誕生日会を開催しました。

お誕生日の方には、職員からバースデーカードが送られました。

お誕生日会では、職員からのダンスパフォーマンスが披露されました。皆様音楽に合わせて手を叩いたり、体を揺らしたりと、とても楽しまれました。



寒暖差に注意下さい

りんどうの里をご利用頂き誠にありがとうございます。

十月に入り、朝晩冷え込む季節となりました。

寒暖差が大きくなると、体調を調整している自律神経が過剰に働いてしまうため、全身倦怠感、冷え性、頭痛、肩こりなどの様々な症状がみられ「寒暖差疲労」とも言うそうです。

寒暖差疲労の予防策として、寒暖差が大きくならないに衣服の調節や、入浴、食事、運動など対策できるそうです。

りんどうの里でもご利用者様が、毎日に体調管理等に努めていきます。

