



広報りんどう

第08-1号 (通算104号)

発行：りんどうの里

吾妻郡高山村中山2715-2

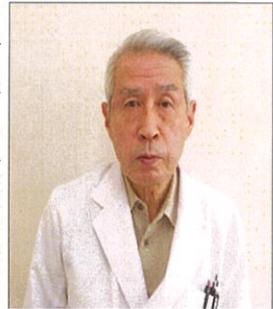
TEL:0279-70-5100

FAX:0279-70-5101

http://www.rindo.jp

明けましておめでとうございます

新年のご挨拶



施設長 柳田 征夫

新年あけましておめでとうございます。本年も昨年同様よろしくお願いいたします。お陰様でりんどうの里で勤務する様になつて丸四年が経過いたしました。初めての老健で『介護』を経験し驚きの連続でした。起き上がる事、食べ物飲み込む事、歩くことが難しい方などりんどうの里には在宅生活が困難な方が、リハビリの為に入所されておりあります。もちろんなかには、認知症を患っている方もいらっしゃいます。ですが、

皆様一生懸命にリハビリをし、少しずつ出来る事が増えていつている方が沢山いらっしゃると思います。物事は諦めなければ、どんな困難だって乗り越えられます。小林一蘭の句に「門松は冥途の旅の一里塚」めでたくもあり、めでたくもなし」というものがあります。が、正月でさえ物の見方によっては、めでたくないと考え人もいるということ。物事は見方、考え方により色々な解釈が出来ます。人にとって生長は老化なのでしょうか？視野を広く持つて、この先の人生を過ごしましょう。大事なものは、自分にとって都合な捉え方だと思つて



運動会

十月に運動会を開催しました。玉入れ、ボール送りリレーなど競技を行いました。紅白に分かれて行いました。も一生懸命取り組みました。沢山身体を動かし、心身共にリフレッシュすることが出来ました。



十五夜

十月六日(月)は十五夜ということでお団子を作り、ススキや灯籠を飾つて、お月見を行いました。夜空には大きく丸い月が昇り、とても綺麗に見えました。



りんご風呂

十月の季節風呂は、「りんご風呂」を行いました。りんごは、沼田市中発地町にある「一休りんご園」さんに提供していただきました。



りんごに入っているビタミンCやポリフェノールなどの成分は、疲れた体を回復させ、冷え性を予防する効果が期待されています。入浴された利用者様からも大変好評でした。

避難訓練

十月十七日(木)に避難訓練を行いました。

夜間での火事を想定し、人手の少ない中、迅速に避難出来るよう何度も、課題を共有し、改善点を話し合いました。

実際に火事が起きた時、素早く一人ひとりが対応出来るように、日頃から職員への意識付けをしていく機会となりました。



クリスマス会

十二月二十四日のクリスマスに合わせ、りんごどうの里でもクリスマス会を開催しました。

サンタとトナカイに扮した職員が一人ひとりにプレゼントを配りました。皆様にとても喜んで頂けました。

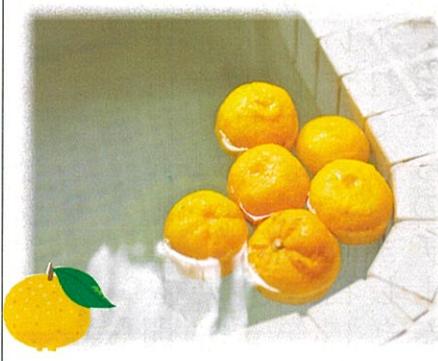


柚子風呂

十二月は、冬至に合わせて柚子風呂を行いました。

冬至に柚子風呂に入ると「一年間風邪をひかない」と言われているほど、多くの効能があるそうです。実際に「リラックサ効果」「血行促進」「風邪予防」「肌の健康」が期待されています。

柚子の香りが浴室を包み、心身共にリラックスする事が出来ました。



レクリエーション

リハビリの一环として、カルタや、塗り絵、クロスワードパズルなどで楽しくレクリエーションをしています。

