



# 広報りんどう

第08-2号 (通算105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

## 施設長あいさつ



施設長 有阪 眞由美

最近の日本は温暖化・小雨、と異常現象が続いておりまして、桜が美しく彩り始めております。四月一日付けでりんどうの里施設長の拝命をお受けしました、有阪眞由美と申します。

前職はリハビリ病棟でしたが、もともと内科・透析専門医をしながら、総合病院・大学病院等で、色々な合併症を持つご高齢の患者様を拝

見してまいりました。今は人生百年時代、健康年齢を出来るだけ維持・伸ばせるよう、最近注目の予防医学の視点も意識しながら、まずは施設の方・スタッフの皆様、連携施設の皆様とのチームワーク作りを楽しく作っていきます。どうぞよろしくお願い申し上げます。

### 主な年間行事

- 四月 開設記念日・お花見会
- 五月 端午の節句・お誕生日会
- 六月 施設内作品展・おやつ会
- 七月 七夕・お誕生日会
- 八月 納涼祭・おやつ会
- 九月 敬老の日・お誕生日会
- 十月 施設内運動会・おやつ会
- 十一月 十三夜・お誕生日会
- 十二月 クリスマス会
- 一月 新年会・繭玉作り・お誕生日会
- 二月 豆まき・バレンタイン
- 三月 ひな祭り・お誕生日会

## 十二月・一日会

一月十七日(金)に十二月・一日生まれのご利用者様のお誕生日会を開催しました。お誕生日の方にバスデーカードとバスデーソングをプレゼントしました。

余興では、獅子舞が登場し、年始の厄払いをしました。おやつの中には、ショートケーキが提供され、皆様に召上がったいただきました。



## みかん風呂

一月の季節風呂は「みかん風呂」を行いました。

みかんの皮を乾燥し、浴槽に浮かべました。

浴室内は柑橘系の良い香りが漂い、湯舟もオレンジ色に色づき、利用者様にも大変好評でした。

みかん風呂の効能は、「保温効果」で、心身ともに温まりました。





二月三日(月)の節分に合わせて、豆まきを行いました。節分に豆まきを行う理由をご存知でしょうか。

節分は、文字通り「季節を分ける」という意味を持ち、季節の変わり目には、病気や災害などをもたらす邪気、つまり「鬼」が生じやすいと古くから信じられていました。また、豆まきには必ず「炒った豆」を使います。これには「拾い忘れた豆から芽が出て、追い出したはずの厄災が再び芽吹かないように」という意味が込められています。



二月のおやつ会は、バレンタインデーに合わせて十四日に行いました。チョコプレートブリんとスナック菓子が提供され、季節感の感じられるおやつに好評の声が沢山聞かれました。



二月の季節風呂は、「どくだみ風呂」を行いました。独特の香りを持つどくだみですが、お風呂に入れるだけで、抗炎症・殺菌作用や血行促進などの多くの効能があげられます。心地よい自然な香りと淡く色付いたお湯に、皆様から大変好評の声が聞かれました。



三月三日のひな祭りに合わせて、施設内に雛段を飾りました。ひな人形には、子どもの健やかな成長を願う想いが込められています。厄を払うお守りとしても役割があるそうです。ひな祭りの代表的な行事食として「ちらし寿司」にも多くの意味が込められており、春にふさわしい「清らかさ」「芽吹き」「良縁」を意識した食材が使われているそうです。



三月の季節風呂は「ヒノキ風呂」を行いました。ヒノキには血行を促進し、冷え性・むくみ・疲労などを解消してくれる嬉しい効果があります。ヒノキの独特の香りで心身ともにリラックス出来ました。

