

2022年5月吉日

みほの通信

「信頼と笑顔 あなたに寄り添う介護」

第77号

心地よい天気で、楽しい花見でした！



八戸の中心地は例年より少し早い開花でしたが、山中にある美保野周辺の桜は他より少しのんびりとした開花だったようです。

そんな中、春の風に吹かれながら敷地内に咲いた桜や水仙、連翹（レンギョウ）といった花々を眺める事で、利用者の皆様からも笑顔の花が咲いたようでした。

よこまちストア新井田店にて作品展示中！

利用者様が作業活動の中で、蕪島の風景をイメージした切り絵を完成させ、よこまちストア新井田店にて展示させていただくことになりました。

綿や卵の殻などを使用し、立体的に見える工夫もされています。



菖蒲湯でコロナ祓い

端午の節句、こどもの日にあたる5月5日にデイサービスで菖蒲を湯舟に浮かべ、菖蒲湯を楽しんで頂きました。菖蒲湯に入る由来は端午の節句、古代中国において、月の初めの厄払い行事として生まれたそうです。菖蒲の強い香りが邪気を祓うとされていたため、邪気払いに菖蒲が使用されていたようです。現在コロナウイルスもなかなか終息にならない中、菖蒲の力でコロナ邪気も祓ってもらえればと願います。



利用者様からは「元気に過ごせそう」「いい男になったべ」などのうれしいコメントを頂きスタッフ一同嬉しく思います。



次回の行事は7～8月の“かき氷”です！



リハビリスタッフから

当デイサービスでは、理学療法士、作業療法士2名が配置されており、個別に応じた機能訓練を行っております。

「最近、歩くスピードが落ちたかな？」と感じることがありますか？歩行スピードは全身筋力の指標の一つにもなると言われており、また死亡リスクとの関連性が強いといわれています。（70歳代の平均歩行速度は約3.5km/時）

もしかしたら、運動不足により、全身的に筋肉が落ちているかもしれません。普段から、お尻や足の筋肉を鍛えることが大切です。無理のない範囲で筋力トレーニングやストレッチをするように心がけましょう。



管理者の小亀浩一です



いつもデイサービスみほのご利用頂きありがとうございます。

美保野病院で勤めて20年目になります。管理者としては3年目で至らないところも多く、皆様にはご迷惑をかけているかと思いますが、一生懸命がんばっていきますので、今後ともよろしくお願いいたします。

総合リハビリ美保野病院

デイサービスみほの

月～土曜日（9：30～16：30）

0178-25-1803

利用日の変更・追加のご相談も、お気軽にお問い合わせください

デイサービスみほの

行事の様子を動画で！

QRコードから

ご覧ください。

