



# みどりの風だより

平成25年 3月 第36号

介護老人保健施設みどりの里

☎ 095-892-8888

発行責任者

施設長 塚崎 充成



春の風が快い季節となりました。暑さ寒さも彼岸までと申しますが皆様方、いかがお過ごしでしょうか。

今年も、2月1日に毎年恒例の節分会を、ここ「みどりの里」でも行いました。

当法人保育園「ひかりのくに」の園児さんにも参加して頂き、おおいに楽しんでいただくことができた節分会となりました。

さて、今年巳年です。巳年という年は、「復興と再生」という意味があるといわれており、新しい政権の元、被災地のさらなる復興を願わずにはいられません。

当施設では、療養者様が喜んで頂ける様に、日々精進し新しい事にも積極的に取り組んでいきたいと思っております。今後も、どうぞ宜しくお願い致します。

職員一同

# クリスマス会

平成24年12月23日、長崎中央ロータリークラブ様の主催により、ハンドベルクワイアの「カドウドウランジュ」のご協力のもと地域の小学生を招待し、クリスマス会を開催致しました。

ハンドベルの素敵な音色を聴いた後は、おおとり幼稚園の園児の皆さんによるマーチングとクリスマスの歌を披露していただき、療養者の皆様も大きく手を振ったりされて園児達に沢山元気を頂きました。



演奏に合わせて歌いました♪



素敵な音色を披露してくれました♪



マーチング&歌の披露♪



最後はサンタさんによるプレゼント♪

## 餅つき大会



平成24年12月27日に毎年恒例の餅つき大会を開催しました。今年も、皆様例年のごとく盛り上がり、職員が餅をついていると療養者様より「もっと腰ば落としてつかんばー！」と声援と激励を頂きました。

最後は、療養者の皆様の腕の見せ所！！餅を丸める作業をお願いすると、みるみるうちに丸い餅が出来上がりました。中には両手を使いいっぺんに二つ丸めるといった荒技を披露していただき、今年も大いに盛り上がった餅つき大会になりました。



さあ餅つきスタート!!



療養者様より声援!!



みんなで餅を丸めました♪

# 通所・予防通所リハビリテーションだより



予防通所リハビリテーションでは、1月に護国神社へ初詣でに出掛けました。

おみくじも引きました。今年の運勢は???

昨年より始めた、園芸クラブの畑で、大根、ラディッシュ、ブロッコリーの収穫を行いました。収穫した野菜は、昼食の時に「吸い物・大根おろし・煮物」にしてみんなで美味しくいただきました。今後は春に向けて、花の苗とじゃがいもを植える予定です。



## インフルエンザに注意しましょう。

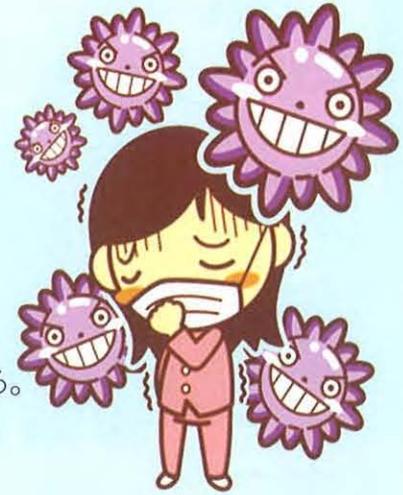
毎年1月から3月にかけて、インフルエンザが流行しています。  
インフルエンザは、『くしゃみ』や『せき』でとんだ飛沫のほか、接触からも感染します。

### 症状として

- ① 38度以上の発熱や頭痛。
- ② 関節痛や全身の倦怠感などがあげられます。

### 感染予防のポイント

- ① 室内では適度な温度、湿度を保つ。
- ② 栄養バランスのとれた食事、睡眠をとる。
- ③ 人混みや繁華街への外出を控える。
- ④ せきが出る時は、他人に移さないためにもマスクを使用する。



### マスクは正しく使用していますか？

- ① 鼻と口をしっかりと覆い、隙間を作らないこと。
- ② 使用中や外す際は、マスクの表面にウイルスが付着している恐れがあるので耳にかけるひも部分を持って顔から外すこと。

**インフルエンザや風邪を予防するためにも、外出から戻ってきた時には、手洗いやうがいをする習慣をつけ、感染予防につとめましょう。**

## 交響楽団の慰問がありました



1月23日みどりの里に日本フィルハーモニー交響楽団のチェロ演奏者、山田智樹様と長崎の音楽家で作る『山田智樹とその仲間たち』の演奏会がありました。この日はチェロ、バイオリン、ピアノ演奏の他、ソプラノ歌手の北川くみ様も来設され、クラシック音楽のほか療養者様にもなじみのある『早春賦、ふるさと』などの演奏もあり療養者様も一緒に歌ったりと、とても楽しいひと時を過ごす事ができました。ご来設いただきました楽団の皆様、大変お忙しい中での慰問、本当に有難うございました。

## 今後の行事案内

## お花見会



### 編集後記

去年より、広報誌を担当させていただき、皆様へみどりの里の行事等を届けてまいりましたが皆様いかがでしたか？私も、未熟ながらみどりの里の1年間をお届けすることができたのかな？と、この広報誌を作成しながら、振り返ったりしています。今後も、皆様へより良い広報誌をお届けできるように頑張りたいと思いますので、皆様どうぞ宜しくお願いします。

また、今年も施設前の桜並木も満開になると思います。皆様来設された際には、一度足を止め満開の桜を眺め春を満喫されてみてください。

広報委員長