

2026年2月 デイ新聞

<発行> 医療法人社団 英世会 介護老人保健施設サルビア
通所リハビリテーション 副介護長 小峯 佑介

〒191-0024 東京都日野市万願寺1-18-1
TEL:042-589-3270
《留守番電話対応 18:00～翌9:00》
TEL:042-589-3262

2026 あけおめ 新年会

1月6日(火)と7日(水)の2日間にわたり、恒例の「新年会」を開催いたしました!! 幕開けを飾ったのは、職員による気合いたっぷりの「獅子舞」です! 音楽に合わせて、皆様の「無病息災」を願って頭を噛んで回ると、会場内は大きな歓声と笑い声に包まれました。続いて行われた「特大すごろく大会」では、巨大なサイコロを使い、止まったマスの指示に「一喜一憂」全員で声を掛け合いながらゴールを目指し、一体感あふれる賑やかな時間となりました。皆様の笑顔あふれる、素晴らしい一年のスタートを切ることができました!



甘酒が
出ました



鬼は外!
福は内!

『行事:節分会』
2月3日(火) 13:30～



【健康コラム:心も体もリフレッシュ!】 「安心・ポカポカ入浴法」

寒い季節、温かいお風呂は最高のリラックスタイムですね。でも、実は高齢者の体にとって、長風呂はちょっぴり負担がかかることもあるんです。いつまでも安心してお風呂を楽しむための「3つのコツ」をご紹介します!

① 時間は「短め」が合言葉

浴室にいる時間は全部で10～15分、湯船に浸かるのは「5分以内」が理想的です。心臓への負担を軽くして、のぼせを防ぎましょう。

② お風呂の前の「一杯の水」

入浴中は意外と水分が失われます。脱水を防ぐために、お風呂に入る前にコップ一杯の水分補給を忘れずに!

③ 無理は禁物です

「今日は少し体がだるいな」という時は、無理をせず、足湯や体を拭くだけにすることも立派な健康管理です。お風呂でポカポカ温まって、寒い冬を元気に乗り越えましょう!

【爪切り支援について大切なお知らせ】

皆様に安全に爪切り支援を行うにあたり、以下の通り基準を設けております。

爪そのものに異常(変形や肥厚など)がないこと
爪の周囲の皮膚に化膿や炎症がないこと
上記に当てはまる場合に限り、職員が対応させていただきます。

もし、爪や皮膚に症状・疾患がある場合は、安全のため、専門の病院受診をお勧めしております。

利用者様の安全を守るための判断ですので、何卒ご理解とご協力をお願い申し上げます。



【1月の工作】

鬼づくり
※2種類

