

フレッシュな情報を毎回みなさまにおとどけいたします！

# みどりの樹 vol.59

2020年3月発行

介護老人保健施設エバーグリーン・富永草野医院広報誌



## 令和2年4月1日から 窓口負担額が変わります



厚生労働省による診療報酬改定に伴い令和2年4月1日より、患者様の窓口負担が変更となる場合がございますので、予めご了承下さいませようお願いします。  
医療費についてご不明な点などございましたら  
会計窓口までお問合せ下さい。 富永草野医院

### 富永草野医院 診察医予定表 2020.3.1~

	午前9時~12時 ※土曜は11時受付終了	午後3時~午後5時30分
月	水谷善弘	水谷善弘
火	水谷善弘	草野恒輔
水	水谷善弘	休診
木	水谷善弘	水谷善弘
金	水谷善弘	滝澤隆史 (受付17:00終了)
土	滝澤隆史	休診

※上記整形外科診察担当表は変更になる場合がございますので、以下連絡先・アドレスまでお問い合わせ下さい。

### 新型コロナウイルス対応について

新型コロナウイルスによる感染拡大が連日報道されています。高齢者が感染・発症すると重篤化しやすく、リスクが高いことが特徴的です。  
ご利用者の感染防止・安全確保の為に私達職員も様々な取り組みを実施しております。手洗いうがい等をはじめとした清潔保持や換気等、お手を掛ける場面も少なくありません。また、面会や外出の制限等をもうけさせていただく場合もございます。何卒ご理解を賜りますようお願い申し上げます。  
尚、ご不明な点等ございましたら、  
感染対策委員会まで御連絡頂ければ幸いです。

富永草野医院ホームページ  
<http://www.shihatsudo.or.jp/iin/shift.html>



# 節分

各入所フロアでは、2月3日の節分に毎年恒例豆まきを行いました。豆に見立てた紙玉を鬼に扮した職員へ投げさせていただきました。「鬼は一外！福は一内！」と、大きな掛け声と共に豆を鬼にぶつけていらっしゃいました。活き活きとした表情も見られ有意義な時間を過ごしていただきました。



## なぜ節分に「豆」を撒くのかご存じですか？

諸説ありますが、豆は「魔滅(まめ)」に通じ、無病息災をお祈りすることから、「邪気や厄の象徴=鬼」として、節分には豆まきを行なう習慣が浸透したと言われています。翌日2月4日は立春ということで、暦上ではもう春です。冬も終わりに近づいています。皆様くれぐれもお体にお気を付けください。



インターネットホームページ <http://www.shihatsudo.or.jp>

法人本部  
**富永草野病院**  
〒955-0046 新潟県三条市興野2丁目2番25号  
tel.0256-36-8777 fax.0256-36-6212

**富永草野クリニック**  
指定通所リハビリテーション 富永草野  
居宅介護支援事業所 富永草野

**東ヶ丘整形外科**  
〒940-0205 長岡市栄町2丁目7番15号  
tel.0258-53-2025

総合ケアセンター **エバーグリーン** 〒959-0211 燕市富永216番地1  
tel.0256-92-3030 fax.0256-93-2076

施設部門 介護老人保健施設 **エバーグリーン**

在宅部門 ● 富永草野訪問看護ステーション ● 居宅介護支援事業所 **エバーグリーン** ● 通所リハビリテーション(デイケア) ● 短期入所療養介護(ショートステイ) 診療所 **富永草野医院**

広報委員 武田光晴・小柳和貴・石垣菜波・大関和磨・西山芳宏・青木智子

※掲載写真につきましては、ご本人(ご家族)の承諾の上、掲載させていただきました。





元気な毎日をみんなで作ろう!

# 健康教室



今回は自宅でできるストレッチというテーマでお話させていただきました。ご自宅でも簡単に出来るようなメニュー、テニスボールを利用したストレッチ等を紹介させていただきました。

デモンストレーションでは、ストレッチの前後でどれだけ柔軟性が向上したか体の前屈で効果判定！ビフォー・アフターで柔軟性の向上が目に見えて分かっていただけだと思います。

これからも地域の皆様の健康の一助となるような企画をご用意させていただきますので、是非お気軽にご参加ください。



ストレッチの  
効果を判定!

## 栄養課

# 鍋行事

ご利用者にあたたまっていただきたい。介護・調理スタッフで2カ月間の構想を練り、土鍋を用いた料理を提供させていただきました。

色々な具材が入り、当施設で昨年冬に仕込んだ味噌を使い、シメのおじやもご用意しました。好きな具材を選んでいただき、楽しまれていらっしゃいました。

皆さんのうれしそうな笑顔、「美味しい!」という言葉、鍋料理の醍醐味を味わっていただきました。



おいしいと  
大好評だった  
レシピをご紹介します!

### ～どり野菜みそ鍋～

- ・白菜、えのきだけなどの野菜と焼き豆腐、とりつくねなど…適当量
- ・味噌（自家製）……………20g
- ・みりん……………8g
- ・料理酒……………8g
- ・はちみつ……………8g
- ・コンソメ……………8g
- ・中華味……………8g
- ・おろしにんにく……………2g

