

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！

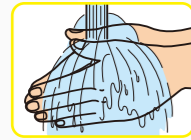
みどりの樹 vol.58

2019年12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

インフルエンザ感染性胃腸炎に注意しましょう

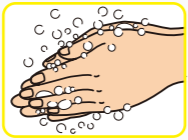
予防の基本は手洗いです。もちろんインフルエンザなどの全ての感染症予防にもなりますので、外出後や排泄後、食事前等にはしっかり手洗いをしましょう。インフルエンザは高齢者や子供がかかると重篤な症状や命に関わることもある危険な病気です。下記に手洗いの手順を掲載します。



1 まず手指を流水でぬらす



2 石けん液を適量手の平に取り出す



3 手の平と手の平を擦り合わせよく泡立てる



4 手の甲をもう片方の手の平でもみ洗う(両手)



5 指を組んで両手の指の間をもみ洗う



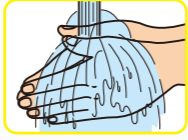
6 親指をもう片方の手で包みもみ洗う(両手)



7 指先をもう片方の手の平でもみ洗う(両手)



8 両手首まで洗いぬいともみ洗う



9 流水でよくすすぐ

日常から感染症予防に努めましょう！

手洗後は、ペーパータオルで水分をしっかりと拭き取る



富永草野医院 診察医予定表 R1.12.1~

| | 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。

お気軽においでください！

毎月第3水曜日(10月のみ第4水曜日)14時~15時、併設の富永草野医院の待合室を開放し、地域の皆さまの寄り合い所を設置することになりました。

ご来所いただいた皆さまと職員の交流も兼ねて、健康促進のための情報提供をさせていただきたいと企画しています。どうぞご参加ください。

12月18日(水)
14:00~15:00

テーマ 体を温める
食べ物・献立

1月15日(水)
14:00~15:00

テーマ 自宅で行える
体操・ストレッチ

〈お問い合わせ〉 介護老人保健施設エバーグリーン
支援相談室 TEL 0256-92-3030

富永草野医院ホームページ

<http://www.shihatsudo.or.jp/iin/shift.html>



医療法人 積発堂
SHIHATSUDO

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.0256-35-6212

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
メディカルフィットネス富永草野

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。



エバーグリーン祭を開催しました

今年もエバーグリーン祭を無事に終えることができました。ご参加くださいました皆様にご挨拶申し上げます。ご利用者もご家族と過ごされる時間をとても楽しみにされています。より充実したものにするため、龍神会様と共に準備を進めて参りました。お祭り感を味わってもらう為に、料理やお菓子もご用意させていただきました。至らぬ点もあったかと存じますが、ご家族で過ごす時間を楽しんでいただけたなら幸いです。

元気な毎日をみんなで作ろう!

健康教室

この度、地域の皆さまの交流の場としてエバーグリーン・富永草野医院の待合室を開放し、健康促進の情報を発信してまいります。

初めの一步として10月23日(水)に健康教室を開催いたしました。テーマは「運動習慣を身につけて転倒予防に努めよう!!」です。



人生100年の時代とも言われており、いつまでも健康で元気に動ける身体作りとして転倒予防の対策が注目されています。今回の健康教室では寝たきり・転倒を予防するための日常生活のポイントやエクササイズについてお話をさせていただきました。参加された皆さまは真剣な眼差しで興味深そうに話に耳を傾けてくださりました。

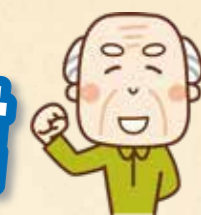
足を運んでくださった皆さまに心から感謝いたします。これからも地域の皆さまと寄り添い、皆さまのお役に立てる情報を発信してまいります。次回の健康教室もご期待ください。



通所リハビリテーションの様子を写真でお伝えします!



通所リハビリ おたっしや通信



クラブ活動

パズル



形をあわせながら、苦戦中…。

紙飛行機大会



自作紙飛行機の
飛ぶ距離を競走中!

釣り大会



大漁目指して、釣り竿先に集中!!

折り紙花作成



色々の折り紙を重ね合わせて、
花びらを作成中です。

脳トレ計算問題編



頭のトレーニング、+-×÷に夢中!

書道



巧みな筆運び、見事です。

折り紙



端々をきれいに!
出来栄が素晴らしい!

塗り絵



歩んできた記憶をたどりながら
色彩で表現。

器作成



紙粘土を使用した
器づくりに挑戦です。