



介護老人保健施設 ホリスティカかまた 通所リハビリテーションだより



ホームページ



HOLISTICAKAMATA

桜の開花は『3月24日』でした。

今年も皆さんと桜を眺められて、本当にうれしく感じています。ホリスティカかまたの『しだれ桜並木』は見事に満開となりました。その後を追うように中庭の『ハナミズキ』が仲良く紅白の花を咲かせていました。綺麗なお花と利用者様の笑顔をご覧ください。甘酒を楽しまれていた方もいらっしゃいましたよ！



春のおやつ『桜餅』



春のおやつと言えば「桜餅」ですね。しょっぱい葉のアクセントと香りが、口いっぱいに春を届けてくれました。



*お写真の掲示は利用者様から許可を頂いております。



すっきりしましょう！排泄のエトセトラ ～第4回 もっと知りたい！オムツについて～

上手にオムツを使って生き生きした毎日を送りましょう！どんな種類のおむつがあるのでしょうか？最新のオムツ情報を紹介します。

パンツタイプ



薄型の物や伸びが良い物など、たくさんの種類があります。体にフィットしたものを選びましょ

テープおむつ



比較的尿量を多く吸収することが出来ます。夜間などグッスリ眠るため、上手に利用してはいかがでしょうか？

各種パット

サイズによって尿の吸収率が違います。布パンツや紙パンツに薄手の物を組み合わせて安心してお出かけをしたり、夜間に大きなパットを重ねて使って、お布団への漏れを防ぐことができますよ。パンツやおむつの汚れも防ぐことが出来、交換回数を減らすことが出来ます。便に対応できるパットもあります。



次回からは「散歩に行こう！！」を特集します。乞うご期待！！

5月の予定

菖蒲湯	端午の節句の変わり湯です。菖蒲の清々しい香りを堪能ください。
行楽弁当	お出かけの季節になりました。美味しいお弁当で遠足気分！！
お花植え	綺麗な花を咲かせましょう。癒されましょう♪

職員のひとりごと

季節を先取りするように花々が早く咲き始めた今日この頃、新年度を迎え、皆様もご自身の新たな目標に向かって進まれていると思います。かくいう私も今年目標として、体重を・・・なんと10キロ減らす！という目標を立て、日々邁進しております。今年の1月から現在まで4キロを減らすことに成功し、さらなる減量を図るべく4月中旬頃から自宅から自転車で通勤しています。上り坂も下り坂もあり、まるで人生のような険しい道のりですが、10キロ減量というゴールを目指し、日々ひた走っております。同じ様に通所でも利用者様とご家族様と一緒に人生という道のりを走っていけるよう元気に頑張っていきたいと思っております！！

(伊藤真也)