

☆節分行事☆ 2月といえば節分！豆まき！ですが、今年も2/7～9に行われる「なまはげ柴灯祭り」もその一つですね。ということで、今月の壁面装飾は「なまはげ」をメインにしてみました。なまはげの顔や体などは皆さんと貼り絵で作成し、髪は新聞紙のシュレッダー屑を使用しました。最近デイサービスで流行っている！？SDGs工作です（笑）一見敷居が高いとされるSDGs。こうして再利用してみたり、節電する事により、CO2の削減に繋がりますね。 2月3日に行われた節分行事では大きな鬼の顔めがけて、豆に見立てたピンポン玉を投げ、健康や安全を祈願しました。来年もやりましょうね！と話す「来年なば、いるかどうかわがらねや（笑）」というご利用者様もありましたが、しっかりと鬼退治したので大丈夫！「福は内」に来ることを願いつつ、今年も笑顔で過ごしていただけるよう頑張ります。笑う門には福来る！



こもれび通

福招く初詣&節分号

個人情報の関係により、一部加工しております。



どもー皆さん、こんにちは(●'▽')llll-♪
寒い寒い日が続いておりますが、皆さまいかがお過ごしでしょうか？
2月といえば「立春」ですが、つい先日まで、春の気配はスグそこ！に感じていたのですが…それどころか、今月に入り、最強の“立春寒波”の襲来により、寒さがパワーアップしてしまいましたね:;(・_・)>:::ブルブル。まるで「もうすぐ春だなあ！」と喜んだ途端に「いや、まだまだ冬ですけど？」とツッコまれた気分ですね(笑)
こんな時こそ、しっかり寒さ対策ですね。特に「首」がつく部分(首・手首・足首)を温めると、全身がポカポカします。湯たんぽやカイロを活用するのもオススメです。カイロを貼る時は、肩甲骨の間にある『風門』というツボに貼るのがオススメです！東洋医学では、このツボは、風邪の菌の入口でもあり、出口でもあるようなので、風邪の予防にも良いそうです！また、寒さで肩に力が入りすぎると余計に冷えてしまうので、意識して肩の力を抜くことも大事ですよ。くれぐれも、カイロや湯たんぽによる低温やけどにはご注意くださいネッ どうか皆さま、引き続き暖かくしてお過ごしください。

さて、今号では、先月ショートステイで初の「初詣」に出かけた様子と、デイサービスの節分レクリエーションの様子をた〜っぷりとお届けします。初詣に出かけられたご利用者様は、お賽銭を投げ、『皆さんが健康に過ごせますように』ってお願いしてくださったようでした。このように、こもれびでは寒さに負けず楽しく過ごしております！皆さまもどうぞ体調に気をつけて、寒い冬を乗り切ってくださいね。それでは、ゆっくりとご覧くださいませマセ〜(*~*~)~~~~)))))



ポカポカ

リラックス効果

松の葉にはテルペンという精油成分が含まれており、この森林のような香りがリラックス・リフレッシュ効果をもたらすとされています。

血行促進・温浴効果

血行促進にも繋がり、それにより温浴効果もUPするとされています。冷えや肩こり等の体の不調を感じているかたにもオススメです。

1月の季節湯

初・初詣 2025年のスタート!!ショートステイホールには、職員の手作り感満載のこもれび神社が作られました。神社の画像に、手作りの鈴緒。ソシテ、お賽銭箱も作り、飾ること数分…早速ご利用者様が、鈴緒を持って鈴を鳴らし参拝です。後日改めて、東湖八坂神社まで初詣に行ってきました。当日は、少し寒かったようですが、ショートステイでは、初めての参拝ということもあって、ご利用者様も凄く嬉しかった様子でした。



事業所情報



介護の店 こもれび

- *デイサービスセンターこもれび
- *ショートステイこもれび
- *こもれび介護支援センター

有限会社チョウセイ
住所 〒010-0201 潟上市天王字上江川47-130
電話 018-872-2201 F A X 018-872-2202

