

なごみ つうしん

2022年
vo. 104

クリスマス会



昨年度最後の行事を飾ったのは12月22日（水）に実施した『クリスマス会』でした！入所者様全員参加のレクリエーションは久しぶりだったので、大掛かりなイベントに皆様大変喜ばれている様子でしたよ◎

（※マスク着用・定期的な換気を行っております）



まずは前座としてトナカイ2匹によるジェスチャーゲーム！トナカイ達の動きだけで二択の答えを導き出します。次々に繰り出される問題にもなんのその！どんどん回答される皆様には驚かされました(^_^)



お次はハンドベル♪定番のクリスマスソングを4曲披露！中にはノリノリでリズムを取られている方も♪演奏が終わる度に拍手をしてくださり、会場は一体感で包まれていました！最後を飾るのは…フラダンスのクリスマスversion☆首飾りのレイをモールに替え、なめらかなダンスと音楽で皆さんにアロハの心を届けてくれました**

その後のおやつには、特別に用意したクリスマスケーキを召し上がってもらい、クリスマスを満喫してもらえた1日だったのではないのでしょうか。



室内環境を見直そう！

☆寒さが続くこの季節は誰しも体調を崩しやすいものです。

ご自宅で安全に気持ちよく過ごせるよう、体調管理に気を付け下記の様に室内の環境を整えましょう。

- 湿度を適切に調整し、保湿しよう。
 - ・風邪や肌の乾燥を防ぐため加湿器などで湿度を50%～60%に保つ。
 - ・湯上り直後、肌が渇かないうちに保湿クリームなどを用いて保湿をする。
- 部屋の温度差を減らす。
 - ・浴室やトイレ等の寒い場所は使用前に暖めて温度差を減らすことで体への負担が少なくなる。
- カーテンや断熱ボードを活用
 - ・外気に冷やされた窓や壁により空気が冷えてしまうのを防ぐ為カーテンを長いものに変えたり、壁に断熱ボードを貼る。



新年、明けましておめでとうございます！

皆様、新年明けましておめでとうございます。昨年中は皆様より暖かいご支援やご理解を賜り厚く御礼申し上げます。今年もパークサイドなごみを宜しくお願い致します。そして、新年の門出をお祝いするイベントとして、1月20日（木）に新年会を予定しております。入所者様が楽しんで頂けるように着々と準備を進めており、開催した際の様子はFacebookや次号のなごみ通信で掲載する予定ですので、チェックしてみてくださいね◎

介護老人保健施設
パークサイド
なごみ

医療法人河和会

大阪市東住吉区公園南矢田3-19-12
tel 06-6606-2211
http://psnagomi.com