



ロイヤル通信

Tel. 0952-53-8540 Fax. 0952-52-5600

<http://www.royalkanzaki.jp/>

メール nursinghome@royalkanzaki.jp

令和4年4月号 ケアホームロイヤル神埼

VOL.

148

ぽかぽか陽気

今年の3月は暖かい日が多く、ぽかぽか陽気の日が多かったですね。この日は2階の皆さんが施設の周りをゆっくりと散歩したりしながら、ひなたぼっこを楽しみました。外の天気のように気分も晴れやかになり、なかなか外出もできない中、気分転換になりました。日に当たることで、ビタミンDを生成し、骨粗鬆症の予防やストレス軽減、集中力アップ、気分を明るくしてくれるなどの効果があります。あまり長くいると日焼けや皮膚炎の原因となるため、季節にもよりますが、だいたい15～30分が適度な日光浴の時間とされています。



お知らせ

現在、ご家族の皆様には施設利用料を直接施設へお持ちいただくか、施設指定の口座へ振り込んでいただいております。今般、遅くなりましたが、ご家族の皆様のご負担を減らすためにそれぞれお持ちの口座からの引き落としを検討しているところがあります。対象の金融機関はゆうちょ銀行を除く、福岡・佐賀・長崎に本店がある金融機関です。待ち望まれていた方もいらっしゃると思います。詳しいことは別途、お知らせの文書を郵送しております。

祝！100歳

2階入居者の吉岡秀子様（ヨシおか ヒロコ）が3月1日、100歳の誕生日を迎えられました。押し車でしっかりと足どりで歩かれ、食事もいつもおいしいと言われるとてもお元気な吉岡様、これからも元気で長生きしてくださいね。



ひなまつり

3月3日はひなまつりでした。3階ではお内裏様とお雛様をバックに記念撮影。自然に笑顔が出ていい写真が撮れました。雛壇飾りと言えば豪華な7段飾りを思い浮かべますが、現在は住宅事情を反映して3段が多くなっているそうです。



隠れ糖尿病

血糖値、健診では空腹の状態ですべて測定しますが、その数値が正常でも食後に異常に高くなる「隠れ糖尿病」の人が多くいます。厚生労働省の調査によるとその数は推計1,000万人以上。正常範囲を超えた高血糖状態が持続した場合には、喉の渇き、疲労感、多尿・頻尿、体重減少などの症状が起こりますが、自覚しないまま悪化しやすいのが特徴です。その昔、藤原道長も糖尿病に苦しんだ一人だそうで、当時は「飲水病」と呼ばれていたとのこと。常に喉が渇くため大量に水を飲み、いくら食べても食欲が満たされなかったと言われています。

4月生まれの皆さん

菊川 トシ様	93歳
轟 萬亀代様	83歳
門岡 久子様	77歳
他1名	

新型コロナは減ったかなと思ったら、また変異株が出てきてなかなか収束がみえませんか。「終息」することはもうないのかもしれませんが、早く「収束」してほしいものです。