



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5年2月号ケアホームロイヤル神埼

VOL.

157

書き初め

お正月行事のひとつ、書き初めをしました。皆さんそれぞれ思い思いの言葉を筆に託しました。今年の目標や「謹賀新年」、「明けましておめでとう」などなど立派な筆運びで書かれました。皆さんの中には幼少の頃、家族みんなで書いていた方もいらっしゃる、その時のことを思い出しながら書いたそうです。今年卯年、跳ねるように元気にこの一年、過ごしていただきたいと思います。引き続き、コロナやインフルエンザ予防に気をつけてまいります。



八朔が生っています

駐車場のところに金柑や夏みかんなど、木が数本植えられていますが、その中の一本に八朔があります。写真のように立派な実がなりました。食べてみましたが、みずみずしくとてもおいしかったですよ。



道がまだ狭かったんです (開所20年特集)

下に写真は2006年(17年前)2月に開催された県内一周駅伝の様子です。入居者、職員みんなで応援しました。写真ではわかりにくいかもしれませんが、建物の前の道は以前は狭かったんですよ。



ご面会についてのお願い

現在、窓越しにてのご面会をしていただいておりますが、入居者のどなたか、あるいは職員がコロナ感染者になった場合だけでなく、濃厚接触者になった場合もその直後からしばらくご面会は禁止という対策を取らせていただいております。ご面会のご家族には感染のリスクはほぼありませんが、入居者の方の移動範囲をなるべく少なくして、感染リスクを抑えるための措置でございます。これまでも急な面会禁止がっておりますが、このような理由からでございます。どうかご理解いただきますよう、よろしくお願いいたします。

2月生まれの皆さん

大坪ヨシ子様	97歳
内田スエ子様	96歳
迎 ヨネ子様	87歳
小山 絹江様	87歳
眞崎美佐子様	85歳
牟田 早苗様	84歳

フレイル

新型コロナの流行で外出が制限され、人と会うことや運動を今までのようにすることができなくなっていました。そんな中、気分が落ち込んだり、疲れやすくなったり、体を動かすと息切れなど起こしていませんか。それは「フレイル」になっているのかもしれません。フレイルとは「虚弱」という意味で、身体的機能や認知機能の低下がみられる状態のことをいいます。体だけでなく心の虚弱もあり、閉じこもりがちになり、動かない、しゃべらない、食事も簡単に済ませることが続くと心も体も弱ってしまいます。心の健康は体の健康とつながっています。そういう方はこれからはバランスの良い食事と適度な運動を心掛けていくようにしましょう。(JA 香川県「保健師さんの健康チェック」より引用)