

みぞみんどう

2015年1月
平成27年新年号

総合リハビリテーションセンター
救護施設 のぞみの家
〒651-2181 神戸市西区曙町1070
TEL (078) 927-2727



総合リハビリテーションセンター
のぞみの家 課長

みやはら 宮原 のりこ 典子

輝かしい新年を迎えて新規のお慶びを申し上げます。

旧年中は、「のぞみの家」運営に深いご理解と、ご協力を頂き心より厚くお礼申しあげます。

今年は、未年であり羊は、群れをなすことから「家族の安泰」を表すとされいつまでも「平和」に暮らすことを意味しているといわれています。

本年1月17日は、阪神・淡路大震災から20年。大震災は、「のぞみの家」にも大きな爪跡を残しました。建物には、多くの亀裂が入り、ライフラインも一部寸断され完全復旧まで、激務の日々でした。なかでも、暖房器具が使用できず、お一人おひとりにカイロを配布しましたが、低温やけどや、カイロを口にされる方への注意は、職員間で慎重に取り扱ったという経験は今も鮮明に覚えています。

毎日の生活が、不自由なく過ごせることができれば幸であるかを痛感したものです。

さて、平成26年度に予定していました大規模改修工事が1月から開始となりました。9月までの間、利用者の皆様には、館内で生活をしていただきながらの改修工事となりますので、生活にご不便をおかけいたします。館内が美しくなり、使いやすい設備になることを楽しみにしていただきたいと思っています。また、この間利用者数を制限させていただきますので、各関係機関の方々にもご協力いただきますようお願い致します。

この一年が、平和であり心豊かに過ごすことができますよう心から祈願するとともに、ご支援ご協力をよろしくお願ひいたします。

自治会からの新年のあいさつ

自治会長 こいづみ よういち 小井住 洋一



あけましておめでとうございます。

昨年、自治会長に選ばれ早1年が近づいてきました。

のぞみの家では、大規模改修も始まり、居室の工事もやがて始まるようで、足音がだんだんと聞こえてきました。

今年は建物が一新されると聞いています。年も明けましたので、のぞみの家自治会も気分一新して、楽しい生活を送れるように、みんなで協力しがんばっていきたいと思います。

✿・✿・✿・✿・ 年男より 一言 ✿・✿・✿・✿・



ちなみに、今年の年男は写真右上で豆をまいています。

今年は…

元気で過ごしたい

目標は…

80歳まで

健康で暮らしたい(現在60歳)



新任職員の紹介

こんにちは。昨年の8月からこちらで栄養士をさせていただいております★おさかてるよ★です。栄養士としての経験はまだ浅いですが、利用者の皆様に美味しい健康に配慮した食事をご提供できるよう頑張りますので、至らない点も多いと思いますが、どうぞよろしくお願ひいたします。

はじめまして
よろしく
おねがいします

小坂 晃代さん





プログラム紹介：リハビリ訓練（毎日）

セラピスト派遣事業（PT支援）を利用し評価してもらい、毎日リハビリをしています。



管理栄養士より

“節分”について

2月といえば節分です。節分には一年の無病息災を願うという意味をこめて、豆まきが行われます。その大豆には、カルシウム、鉄、イソフラボンなどがふくまれ「腫の肉」と言われるほど栄養が豊富です。

次に“いわし”ですが、主に西日本の習慣で節分いわしは鰯を焼くと出る激しい煙と臭いで邪気を追い払い、また鰯にはDHAやカルシウムなど栄養が豊富なので、その鰯を節分に食べることで健康や無病を願うという意味合いもあるとも言われています。

「節分」つまり季節の変わり目には邪気（鬼）が生じると考えられており、それを追い払うためにその地方でさまざまな厄除けの行事が行われます。その土地の食環境や食習慣によってさまざまな行事がありますが、共通していることは自分たちの身近な食べ物を用いて邪気を追い払い、人々の健康や幸せを願っているということだと思います。私も今年は、自分や家族の願いを込めて、節分行事をしてみたいと思います。



節分いわし

節分の習慣自体は中国から伝わったものとされていますが「鰯（いわし）の頭を桜（ひいらぎ）の枝に刺したものを玄関に飾る」という節分いわしの風習は近年になってからのものようです。主に西日本では鰯を食べる習慣がありますが、これは節分いわしに由来しています。そして桜の針で鬼の眼を刺すという魔よけの意味があります。

恵方巻き

節分の行事として今や豆まきと同じくらい有名になった恵方巻き。近畿地方で始まったとされている巻き寿司ですが、最近ではスーパー・コンビニでも売っていて、予約するほど人気の商品もあるようです。その年の「恵方」を向いて巻き事を思い浮かべながら、包丁をいれずにそのまま吃るのは「縁を切らない」という意味が込められています。また、七福神にちなんでかんぴょうやきゅうり、伊達巻など7種類の具材が入れられていて「福を巻き込む」という意味も込められています。ちなみに今年の恵方は「西南西」です。

クラブ活動等

カラオケ
クラブ♪



宗右衛門町
フルース♪



生花
クラブ



屋外
清掃



スポーツ
レクリエーション



春

いろいろな行事に
参加しました。

夏



盆踊り大会





カラオケ(日帰り旅行)



交流観月会



須磨水族館(日帰り旅行)



姫路セントラルパーク(日帰り旅行)

医務室より

◀ インフルエンザが流行しています ▶

手洗い、うがい、マスク等でインフルエンザの予防に努めましょう

感染を予防するには、

- ・外出後の手洗いとうがいがとても大切です
- ・咳・くしゃみ等の症状がある場合は、マスクを着用しましょう
- ・十分な休養とバランスのよい食事をしっかり摂って、体力・抵抗力を高めておきましょう



「かかったかな?」と思ったら

糖尿病など基礎疾患のある方、高齢の方は、重症化すると肺炎を起こすこともあり大変危険です。早めの対応が必要です。体がだるくて熱っぽい、関節が痛い、咳が出て止まらないなどの症状があれば、職員に早めに相談してください。

寒い冬もインフルエンザなどに負けず、元気に過ごしましょう。

おしらせ

のぞみの家 大規模改修工事が始まりました。

現在、北側(体育館側)からの出入口を封鎖しております。のぞみの家へお越しの際は、南側正面玄関より願います。

本年の9月末日には完成予定ですので、10月には新しく生まれ変わったのぞみの家をよろしくお願いします。

なお、総合リハビリテーションセンターの各施設・地域の皆様におきましては、ご協力ありがとうございます。引き続き、工事については騒音・防塵など気をつけていきたいと思います。

のぞみの家所長 奥本 雄美



編集後記

待ちかねていました大規模改修工事が、ついに始まりました。のぞみの家機関紙編集員のみでなく、職員一同、気を引き締めていきたいと思います。

担当一同