



浦河緑苑
通所りハビリ
令和2年02月号

令和元年 は和式年の じま

令和元年がはじまったのが5月1日からのことだったので元年は早く終わりました。令和2年が初めて一ヶ月が経とうとしていますが、今年の大きい話題としてはオリンピックが開催されます。何かとテレビを賑わす期間がきます。いつも観ているドラマの時間がオンラインピクの番組になったりします。昭和・平成・令和と3つの時代の変化を皆さんはどう感じていくのか、どう変わっていくのかが不安であり、また楽しみでもあります。



福袋分

2月3日は「節分」です。外へ向かって「鬼は外!!」中へ向かって「福は内!!」と元気に豆をまきます。

食ベます。歳の数だけ豆を食ベます。皆さんは何でしよう。と考えたら入れ歯の間に挟まったら痛い!!とか、アゴが疲れる。とか、そもそも噛めない。なんて事も皆さんの口腔事情もいろいろと問題はあると思います。日本の古き良き行事が時代と共に変わってきておられます。どうか「日本らしさ」が失われない様にしていききたいですね。



お知らせ
インフルエンザ
胃腸炎に
注意
猛威

多い荷物 デメリ



去年の3月号でも記載させて頂きましたが、荷物の件で再度皆さんにお願いがあります。それぞれに考えがあり、必要と思うものをバッグに入れ、緑苑へいらつしやつてるとお思います。お気持ちお察しますが、今回は「デメリット」な部分をお話したいと思えます。

●なぜ多いといけないのか?

「自分で持てない」のは大きい理由のひとつです。通所りハビリテーションは「自分で出来る所はやる」というのが基本であります。たとえ荷物が二つになり両手に抱えたとしても安定した歩行を保てる確信はありません。転倒の危険性が高まる事になります。

●その荷物はどこに置くのか?

大切な荷物なので自分の足元に置くのが通常です。バッグを二つ床に置くのはそれだけ足元がまづ危険があります。それは自分だけではなく周りの人も危険な目に合わせてしまう可能性があります。転倒すると高齢者は簡単に骨折してしまいます。股関節を骨折してしまうと最悪二度と歩けなくなります。

●物が多いと管理も大変...

「あれがない」「これがない」というのは日常的にあります。荷物が多い分どこに入れたのか?入れたはず、誰かに取られた...というトラブルに発展してしまいます。

新春 並び替え



く	ね	こ
ん		ん
き	け	び