医療法人　金上仁友会

# グループホーム　むくげ通信

**令和６年２月発行**

≪ごあいさつ≫

２月４日は立春です。暦の上では春ですが、まだまだ寒い日が続きます。皆様いかがお過ごしでしょうか。ホールでは入居者様が、陽当たりの良い場所に腰を掛けて、背中を温めながらおしゃべりをしている姿を見かけます。春の訪れを心待ちにしながら、今年も元気いっぱい節分の豆まきを行いました。

インフルエンザや風邪、コロナウイルスなど油断はできません。引き続き感染予防に努めながら、入居者様と一緒に季節の行事を楽しみたいと思います。

## 甘酒でほっと一息

１月２日。今年１年の無病息災を願って甘酒を頂きました。「甘くて美味しいこと。」「体が温まるねぇ。」と、甘酒の優しい味に、皆さんも優しい笑顔になりました。

## 絵馬に想いを込めて

１年の抱負や願い事を絵馬にしたためて頂きました。「歩けるようになりたい！」「転ばないようにしたい！」「元気に過ごせますように。」など、とても真剣な表情で一文字ひともじを丁寧に書いていました。皆さんの願いが叶いますように。

## ～茶道体験をしました～

新しい年が明けて、最初に行われるお茶会を【初釜・はつがま】と言い、元旦の早朝に汲まれた水【若水・わかみず】を使用したお茶が振舞われます。若水で入れたお茶を飲む事で、万病を防ぎ、これから始まる１年間の邪気を払うことができるとされているそうです。皆さん引き締まった表情でお茶をたてていました。お抹茶の味は少し苦かったですね。

# 新年会

新年会を行いました。おみくじを引いて今年最初の運試しです。見事に大吉を引き当てた入居者様は大喜びです。おかめとひょっとこの福笑いは、目隠しをして、周りにいる皆さんが「もっと右だよ！。」「あぁ、行き過ぎた！」と大変盛り上がり、楽しい時間となりました。

# 腰痛予防体操

ゆうゆうホームのリハビリスタッフが、腰痛予防啓発運動の為、むくげの入居者様と職員むけに腰痛予防の体操を教えに来てくれました。朝から体操を行ったおかげで体が温まり、一日中元気に過ごせました。

## 2月お誕生日 おめでとうございます！

高橋　瑞穂様　91歳（左）
昭和8年2月11日生まれ

川村　はる子様　96歳（右）
昭和3年2月6日生まれ

## 2月の訪問診察

| ほほえみ棟 | やすらぎ棟 |
|---|---|
| 2月　7日（水）赤井智子先生 | 2月　9日（月）阿部成房先生 |
| 2月19日（月）阿部成房先生 | 2月28日（水）赤井智子先生 |