

あおぞらだより

第224号(発行/令和4年2月)



デイケアでは節分行事の豆まきならぬお菓子まきを行って季節感を満喫しました！福は内、ということでキャッチしたお菓子はお持ち帰りできます♪

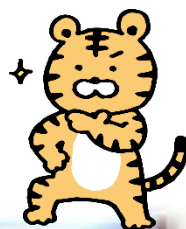


節分の行事食として、患者様には太巻き、ちらし寿司を提供させていただきました！彩りが良く視覚から楽しめるのが良いですよ。



病棟 1 月行事 新年会

病棟では 1 月にイベント行事として
新年会を行いました。福笑いをして
おみくじを引き、新年を祝いました。





チョコプリンと甘酒を提供
させていただきました。

視覚から脳を鍛えよう！

ランダムに配置された 1~25 の数字を順番に目で追っていきましよう。

タイムを計って、秒数が早くなればなるほど脳が鍛えられている証拠です！

16 1	4	22 12	7 20
13	18 24	10	14 9
21 6	8	15	2 23
11	19 3	5 25	17

『あおぞらだより』に関するご意見・ご感想・ご投稿などは『医療相談室』までお寄せ下さい。(内線 292)

医療法人社団全生会 江戸川病院
〒278-0022 千葉県野田市山崎2702
電話 04-7124-5511(代)
<http://www.edogawa-hp.com>

編集後記：早いこともう 2 月に入りました。皆様いかがお過ごしでしょうか？年明けしてしばらく経ち、体もなかなか普段通りの生活に戻すことが大変ですね。疲れやすい方のために耳を温めるマッサージをご紹介します。耳を温めることで身体も温まり、リラックスやむくみの解消など効果があるので是非やってみてくださいね。①両耳を指全体で揉む ②耳を上下横に 5 回ずつ軽く引っ張る ③耳を横に引っ張りながら後ろに 5 回まわす ④耳を手のひらで包んで折り曲げて 5 秒キープする ※力の入れすぎに注意してください。また入浴中や温まった手でやると効果的です♪ (編集委員会)