



## ネイルイベントを開催しました

### ◆久しぶりの乙女トークに、花が咲きました



入院患者さまを対象とした「ネイルイベント」が開催されました。

現在、月に一度開催しているこのネイルイベントは、入院患者さまからご好評いただいているイベントのひとつです。

参加した患者さまの中には「このイベントがすごく楽しみだった」「話を聞いてすぐに参加を希望した」と仰る方々もおり、担当したスタッフからも喜びの声があがりました。

このイベントに複数回参加している患者さまは「今回はラメに挑戦しようかしら」とチャレンジしたり、スタッフのおまかせで冬らしい寒色で指先を彩る方もいらっしゃいました。施術中には、好きな色やファッションについて盛り上がる姿も伺え、会話に花を咲かせておりました。

ネイルは、スタッフがまごころ込めて、丁寧に施術しています。機会があればぜひ、お試しください。



## 集団リハビリテーションを実施しました

### ◆ただのリハビリを「楽しい」リハビリテーションへ

当院の療養病棟に入院する患者さまを対象とした、集団リハビリテーションが実施されました。

リハビリ専用の吹き戻しを使った「呼吸機能訓練」では、腹式呼吸を意識して行います。通常よりも少し硬めに作られているため、唇や口周りの筋肉を鍛えるのに有効です。呼吸が安定して唇の機能が向上すると嚥下もスムーズになり、誤嚥予防につながります。

リハビリの後は、栄養科のスタッフによる

「手作りスイーツ」でリフレッシュしました。食感の異なるケーキを用意したことで、患者さまの嚥下状態に配慮しつつ「自分で選ぶ楽しさ」を感じられるようにしました。

参加した患者さまからは「こういうものがあると嬉しい」「またやってほしい」と嬉しいお声をいただきました。

小さな楽しみが、皆さまのモチベーション向上に繋がれば幸いです。

### ◆冬は「ゆず湯」で心も体もぽっかぽか！

ゆずが日本で知られるようになったのは、奈良時代か飛鳥時代に中国より渡来したと考えられており、当時は主に薬用などの用途で栽培されていました。

「ゆず湯」の歴史は意外とまだ新しく、銭湯ができた江戸時代に客寄せのため、冬至の日にゆずを入れたのが始まりと言われていたようですが、現在は様々な効果があることが明らかになっています。

ゆずの果汁や果皮には多くの栄養が含まれており、お肌に良いと言われているビタミンCの含有量は柑橘類の中でもトップクラスです。ビタミンCは肌の保水性を高め、抗酸化作用があることから、乾燥肌の予防や老化予防などの「肌を守る」効果があり、香りにはリラックス効果も期待できます。

今後も寒い日が続きますので、ゆっくりと浸かって日頃の疲れを癒していきましょう。(事務員R)

### 入院・転院のご相談

<空所情報>※12/16現在  
回復期病棟(6床) 療養病棟(0床)  
ホームページで確認できます

医療法人社団誠和会長谷川病院  
■地域連携部(MSW): 渡邊、山本、安部  
TEL: 043(444)0137  
FAX: 043(444)0257  
HP: <http://www.hphasegawa.or.jp/wp/>