



はなてぼ



医療法人信和会
介護老人保健施設はなぞの
☎0944-52-8600
大牟田市花園町64-5



【はなぞの理念】 ゆったりとした時の流れで、ありのままに自分らしく暮らせる場所、それが『はなぞの』です。

【はじめに…】

気が付けば、もう6月を迎えてしまいました。

段々と気温が上がり、ムシムシとしてきて少し体のダルさを感じてきてます。 まだまだ暑くなってくるのに、今からこんな感じだと先が思いやられます。 本紙”はなてぼ”もようやく8号目に突入しました。

発刊が滞っていたので、皆さんに忘れられていないか心配しています…、今年度は、定期的な発行を目指して職員一同頑張っていきますので、どうぞ皆様今後とも、この”はなてぼ”共々、介護老人保健施設はなぞのを宜しく願います。

発刊が滞っていたので、皆さんに忘れられていないか心配しています…、今年度は、定期的な発行を目指して職員一同頑張っていきますので、どうぞ皆様今後とも、この”はなてぼ”共々、介護老人保健施設はなぞのを宜しく願います。



十介護で知りたい色々なこと（その7）～地域交流施設って？～十

『介護予防拠点・地域交流施設いこい』のご紹介

さて、今回は、ここ介護老人保健施設はなぞの敷地内にあります、『介護予防拠点・地域交流施設いこい』について、ご紹介したいと思います。

『介護予防拠点・地域交流施設』とは…地域の高齢者を中心として誰もが利用できる、地域の「集まり場・茶飲み場」です。老若男女を問わず、会話や食事を楽しみながら、地域住民同士の交流を深めていくことを目的としています。普段は地域のために開放されているので、自由に利用することができる施設のことです。

地域交流施設いこいでは、週1回は健康づくり、閉じこもり防止、世代間交流などを目的とした「介護予防事業」が実施され、おもに、健康体操教室、手芸サークル等の文化サークルやOT・PT、管理栄養士等による講演も行われていますし、夏には『夕涼み会』冬には『餅つき大会』が催されています。



第1・3水曜14時からの
『よかば～い体操』
第2・4水曜10時からの
『手芸サークル』、他には
味噌作り教室や専門職の講
演等々…、地域の会合に
使ったり、気軽に使って頂
いてます！



【お問い合わせ】
交流施設いこい（老健はなぞの）
電話：0944（52）8600

はなぞの・いこい活動報告

「地域清掃活動を実施しました」

5月22日 はなぞの職員で近隣地域の清掃活動を行いました。吸い殻に空き缶、ハタマタ傘まで回収してきました。これからも引き続いて、清掃活動頑張りますー

「はなぞの」では、年2回の近隣地域の清掃活動を実施しています。黄色のはなぞのTシャツをきてる職員を見掛けたら、気軽に声を掛けてくださいー



＋体力測定を開催しました＋

5月21日 “地域交流施設いこい”で『よかば～い体操』参加者の皆さんで、体力測定を行いました。握力測定に10m歩行……。日頃の『よかば～い体操』の成果バッチリ出ましたー

『よかば～い体操』は、第1・3水曜日14時から開催してます。お気軽に参加下さいー



編集後記



梅雨になりジメジメしてきましたね～。みなさん元気にお過ごしですか？まあ、そんな季節事とは関係なく私の嗜好の話をしたいと思います。お酒はあまり強くないのですが、調子に乗ってウイスキーなんぞ飲んでます。飲み方は様々で、ストレートやハイボール。それと、ウイスキーコーク。コークハイってやつで、これが意外とおいしいですよ。そもそも何でウイスキーを飲み始めたかといいますが、知り合いに、あるおっさんがいまして、胡散臭くてせからしいただの酔っぱらいなんです、ウイスキーの事を話し出すとさらにせからしい、話が長い、こっち都合なんて関係なくしゃべる…。同じことを何回も話す…。ある時「これ旨いけん飲んでみろ」と飲まれたウイスキーがめちゃくちゃおいしかったんです！で、話をちゃんと聞くと、奥が深く面白。これがウイスキーを飲み始めたきっかけです。まあどうでもいい話でした。【ウイスキーと健康の話】を少しだけ…。ウイスキーは痛風の原因となるプリン体が少なく、尿酸生成を抑制したり排出する作用があるといわれています。また、他の酒に比べカロリーが少なく、糖分は殆ど含まれていません。それに、ポリフェノールが多く含まれており、心疾患や動脈硬化の予防に効果的だそうです！それとウイスキーの効果がもう一つ…話がくどくなります（笑）。

（ウイスキーがお好きでしょ？）



◆周辺地図◆



■お問い合わせ

◆介護老人保健施設はなぞの

〒836-0867 大牟田市花園町64-5
Tel0944 (52) 8600

◆居宅支援事業所はなぞの

〒836-0872 大牟田市黄金町1丁目237-1
Tel0944-52-8717

◆訪問看護ステーションはなぞの

〒836-0867 大牟田市花園町64-5
Tel0944-52-6080

◆訪問介護事業所はなぞの

〒836-0872 大牟田市黄金町1丁目237-1
Tel0944-52-8600

◆小規模多機能型居宅介護花ごよみ

〒836-0872 大牟田市黄金町1丁目237-1
Tel0944-52-4624

◆介護予防拠点・地域交流施設いこい

〒836-0872 大牟田市黄金町1丁目237-1
Tel0944-52-8600（代表）