令和4年4月号

医療法人せいざん　　介護老人保健施設あおやま

あおやま通信

【　新型コロナウイルス感染症について老健あおやまからのお願い　】

・窓越し面会についてですが、電話での予約制(祝日を除く月～土の9時～18時)で1週間に1世帯1回までとなっておりますが、広島県内の感染状況によっては面会を中止させていただく場合もあります。ご了承ください。

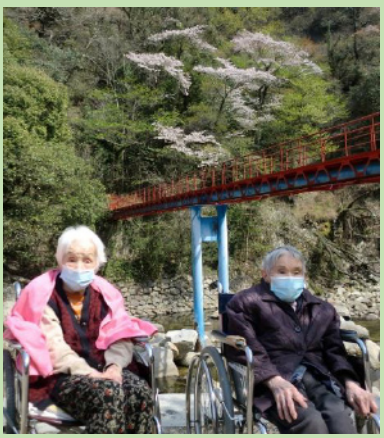
【理髪・口腔ケアについて】

・3月6日にまん延防止等重点措置が解除となったことで理髪のみの再開となっていましたが、口腔ケアについても再開となりました。

お花見

まだ少し肌寒い日が続きますが、老健あおやま駐車場にある2本の桜の樹が満開になったので、今年もお花見を行いました。

コロナウィルスも少し落ち着いて来たという事で、今年は
【 二河峡公園 】にも行ってきました。



栄養課便り

春風の心地よい季節になりましたね。
私たちの体温は寝ている間は下がっています。朝ごはんを食べることで消化器官に刺激が与えられ体温が上がります。これによって脳の働きを活発にし、体を目覚めさせ、スムーズに活動ができるようになります。また、胃や腸に食べものが入ることで腸の働きが高まり、排便しやすくなります。一方で、朝ごはんを食べていないとエネルギーが不足し体温も上がりにくくなります。朝から元気に過ごすためには、朝ごはんをしっかり食べることが大切です。

管理栄養士：濱田　綾子

通信担当　支援相談員：**中本　昌志　飯原　佑介**