

グループホームひので通信

2021年 12月 第206号

早いもので今年もあと1ヶ月を切りました。コロナウイルスにより行動が制限される窮屈な1年でしたが、徐々に落ち着きを取り戻してきたでしょうか。新しい変異株も見つかれば油断は出来ませんが、来年は良い1年になると信じて頑張っていきましょう。



癒し空間でリラックス

11月の行事は皆さんの日頃の疲れを癒して頂こうと考え、「足浴・ハンドマッサージ」を行いました。入浴剤の入ったお湯に足を浸けるとポカポカ全身まで温まります。ハンドマッサージ中は気持ちよくて寝てしまいそうに(笑)ちょうど寒くなったタイミングででき、「気持ちよかった」と好評でした。

足湯&ハンドマッサージ

1階食堂が癒し空間になります

是非、お越し下さい!



足湯で血液循環させ、
冷えや浮腫みも軽減!
※当日はタオルをご持参下さい

ハンドクリームを使った
マッサージでお肌
スベスベに!



日時: 2021年11月20日(土)

13時30分~15時

場所: 1階食堂



事前にチラシ
でお知らせし
ました。



気持ちいいねえ...ありがとう!





裏メニューのフェイス
マッサージ中

境公民館の館長 植田建造様より小物入れ・チラシで作ったゴミ入れ・紙飛行機を頂きました。ありがとうございます。早速、ご利用者様も紙飛行機を飛ばして楽しんでおられます。



グループホームひので
一目でわかるミニ講座

年越しそば、なぜ食べるの？

12月31日の大晦日にそばを食べる由来ですが。

※そばが細く長いことから「健康長寿」

※そばが切れやすいことから一年の苦労や借金を切り捨て新年に持ち越さない様に・・・という意味が江戸時代から続いているそうです。

そばの種類や食べる時刻は決まっていませんが縁起物なので「災厄を残さない・持ち越さない」という意味から残したり年をまたいで食べるのは避けた方が良くとされています



12月コラム担当：前田 由紀子 介護士

グループホームひので TEL0859-44-0002