

ゆうゆうとぴあ

vol. 23 H30.1.10 発行

謹賀新年

2018

ゆうゆう神社
禰琉尊大明神
禰琉尊大明神は
美と健康の神様です

～ 俳句のご紹介 ～

車中皆 スマホ片手に 着ぶくれて
ためらわず おどる余生の 聖夜かな

(訪問リハビリご利用者 愛ちゃん)

HAPPY NEW YEAR
戌

22年前の彼女への手紙 No3 — さようなら —

ある日の朝、いつものように出勤し医局へ入るとすぐに、当直をされていた医局長が私に話された言葉は「すまん。」の一言でした。病室にいるあなたに会いに行かなくても、その言葉で全てがわかりました。前日の夜にどんなことが起きたか、何が間に合わなかったのか、医局長から教えていただくのですが、さようならの言葉が出てきません。気管支に入っていた酸素を送るチューブはずれていましたが、あなたの胸は動いていませんでした。看護師さんはすでにあなたをきれいな女の子にしてくれていました。その姿を確認し、私が行った先は病理室でした。あなたを奪ったセラチア菌に会うために。

「患者 No.××××の培養を見せて下さい。」突然言われた病理解剖の医師はその申し出に少しけげんそうな表情を見せましたが、私は泣かないようにじっと前を見据えていました。提出されたセラチア菌、シャーレの中でそれはそれはきれいな深紅色で培養されていました。「おまえか....」, そう一言言って私は病理室を後にしました。文句をたくさん言いたかったのだけどその一言しか出ませんでした。

あれから22年経ちました。今の私ならあなたを助けられたでしょうか。今の私は、あの頃「あの先生にまかせたら大丈夫」と言ってくれるような医師に成りたいと思った、そのような医師になっているのでしょうか。

今の私ならあなたを助けられたでしょうか.....



ケアタウンゆうゆう
施設長 ネルソン祥子
内科認定医
神経内科専門医



蓮田市教育委員会から 表彰されました

毎年5、6月に黒浜西中学校の生徒さんの「スリーデイズチャレンジ」として、ケアタウンゆうゆうのデイケアを職業体験の場として提供しておりました。

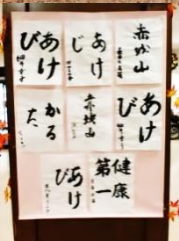
その功績として、蓮田市の教育委員会より感謝状を頂きました！

これからも地域の皆様にご貢献していけるよう活動して参りますので、今後ともどうぞ宜しくお願い致します。



ゆうゆう作品展

H29.10.6~10.27 開催



今年も各フロアの皆様で作った貼り絵や書道など力作が揃いました(^_^) 皆様、玄人はだしの作品が多いですね!!

Rihabilitation 「フレイル」

寒くなり、インフルエンザやノロウイルス、風邪が流行る季節になってきました
年齢を重ねていくと身体の免疫の役割を持つ細胞が減り、感染菌に負けやすくなります
最近注目されているワード「フレイル」を皆さんは知っていますか？

フレイルとは不健康を引き起こしやすい状態です
ではどうなるとフレイルになってしまうのか？

- ①半年以内に2~3kgの体重減少
- ②握力が男性26kg以下女性18kg以下
- ③2週間疲れたような感じがする
- ④歩行スピードが1秒間に1m以下
- ⑤軽い運動や定期的なスポーツをしていない

このうち3つ当てはまってしまう人はフレイルです↓↓
そんな人は何をすればいいのか!!

「インターバル速歩トレーニング」をやってみましょう!!

インターバル速歩トレーニングとは早歩きとゆっくり歩くを繰り返す方法です
具体的には3分間ずつ交互に行い、これを1セットと数えて、5セット、週4回行くと効果があります。
寒さに負けず元気よく過ごして「フレイル」予防をしていきましょう!!!!



音楽ボランティアのみなさま 2017年も素敵な時間をありがとうございました 2018年もどうぞ宜しくお願い致します



おじ様バンド
テイクファイブ



歌声喫茶の
卯木夫妻



シンガーソングライター
小池さん♪



フォークソングの
久喜ヤンチャーズ♪



いつも素敵な歌声や楽しい
お話、素晴らしい演奏で
楽しいひとときを
ありがとうございます♡



医療法人 名主会
介護老人保健施設ケアタウンゆうゆう

〒349-0142 埼玉県蓮田市南新宿 994-1
TEL : 048-765-2525 FAX : 048-765-0202
HPはこちら ⇒ [ケアタウンゆうゆう](#) [検索](#)



収穫祭

10/22 (日) あいにくの雨模様となりましたが、食欲の秋！味覚の秋！
みんなで楽しく、おいし〜いご飯をいただきました！



炭焼きさんま
せんべい汁
おいなりさん
きゅうりの漬物



H29.12.10 開催

Merry Merry X'mas 会



今年もこの季節、そうクリスマス会です！
今回はテイク5様にお越しいただきました。
懐かしの素敵なナンバーを演奏、利用者様もご家族様も聴き入っていたのではないのでしょうか。
職員は毎年恒例のダンスは皆さまの表情も明るく、楽しんでいただけたのかなと思っています。