

社会医療法人 福島厚生会

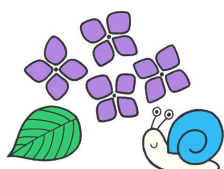
介護老人保健施設 ホリスティカ かまた

# 老健 かまた だより

生命の尊厳  
理念 利用者様の権利の遵守  
人間愛・奉仕そして感謝

## 創造館体操

5月17日(水) 4Fハーモニーホールにて健康創造館より先生をお招きして皆さんで体操を行いました。準備体操をした後にインストラクターの先生に合わせ健康体操で良い汗を流していただきました。多くの利用者様の笑顔が見られ、明るい陽射しの中、元気いっぱい身体を動かせたのではないのでしょうか。



## 市民検診のご案内

今年も市民検診の時期となりました。

厚生会クリニックでは肺がん・大腸がん・前立腺がん・乳がん・胃がん・肝炎ウイルス等、特定の各健検診の予約を随時受け付けております。

期間は6/1～10/31迄(乳がん検診のみ12/8迄)となっております。

市民検診用受診券を持参のうえ、厚生会クリニック受付にお越し下さい。

なお、詳しくは、厚生会クリニック(024-552-5315)へお問い合わせ下さい。

## 老健かまた職員紹介

あづま棟 西 恵子さん

5月からホリスティカかまたにお世話になります、西です。皆さんが一日一日を楽しく過ごせるようお手伝いして行きたいと思っております。よろしくお願いいたします。

あだたら棟 植野 牧さん

5月から入社しました植野牧です。若輩者ではありますが、皆さまよろしくお願いいたします。

## 食中毒(症状・予防策)

食中毒の症状とは・・・

腹痛・下痢・嘔吐・吐き気・発熱が主な症状です。

### 食中毒予防の三原則

1. 原因菌をつけない・・・正しい手洗いと調理器具を清潔に！
2. 原因菌を増やさない・・・食中毒の菌の多くは高温多湿の環境で活発に増殖します。
3. 原因菌をやっつける・・・ほとんどの菌は熱に弱いので高温で1分以上加熱する。

来月のレクリエーション

## 6月21日 カラオケ大会

各棟にてカラオケ大会を行います。

皆様が参加できるように合唱曲も取り入れる予定です。

普段大きな声で歌う機会がない方にも是非楽しんでいただければと思います。

歌いたい方は積極的に職員に声かけしてくださいね。

社会医療法人 福島厚生会

介護老人保健施設 ホリスティカかまた

〒960-0102

福島市鎌田字門丈壇4番1

TEL: 024-552-5111 (代)

Fax: 024-552-5676

URL:

<http://www.holistica-kamata.jp/>

## 編集後記

とても暑くなったかと思えば日によっては肌寒くもなります。衣服の調整はとても難しいですね。地域のボランティアさんが駐車場の空き地に薔薇を植えてくださりました。何かを育てる ということはとても勉強になると感じました。少しずつ皆様が成長を見守ってあげてください。

後藤