



ハッピーメディック通信

発刊日 2025.12月 Vol.23
有限会社ハッピーメディック

早いもので、年末のご挨拶をさせていただく時期となりました。今年も皆様に支えられ1年を終えることができました。心から感謝申し上げます。
来年も皆様の笑顔に出会えるよう、スタッフ一同努力してまいりますので、どうぞよろしくお願い申し上げます。来る年の皆様のご多幸をお祈り申し上げます。
尚、年末年始のお休みは下記の通りでございます。ご迷惑をおかけいたしますが、御理解いただきますよう、よろしくお願いいたします。

【年末年始のお知らせ】

令和7年12月31日(水)まで通常通り

令和8年1月1日(木)～2日(金)はお休みします(面会もご遠慮下さい)

1月3日(土)～通常通り



【ローマリンダ】

2025年もあとわずかになりました。今年も1年間感染症の話には事欠くことがありませんでした。また、7月に大災害が起きるとの予言が大きく取り上げられ、世間を騒がせました。
私共としては防災意識を高める上で良い面もありました。それは今、大災害が起きたらこういうことが困る、こういうものが必要という議論が活発化したからです。訓練も、以前は同じようなパターンを繰り返していましたが、今年度はより現実的なものになっています。

防 災 訓 練 の 様 子



話は変わりますが、今年の夏も異常に暑い夏でした。今年の流行語に「二季」という言葉がトッピング入りしました。夏の異常な暑さで春と秋が短く、長い夏と冬であることを表現しているそうです。私は穏やかな春や静かに過ごせる秋が大好きなのでとても悲しく感じました。去年は長い夏によって紅葉に影響がありましたが、今年はそのようなニュースを耳にしませんでした。私も紅葉を観に行っていました。とてもきれいに紅葉していました。ローマリンダの外でもまだまだ季節を感じられる景色があります。

いつまでも四季を楽しむことができることを願っております。



【デイサービスセンター「フローラ」】

11/17より1週間、紅葉＆買い物ツアーにでかけてまいりました。
道中は、黄色や赤色に色づいた紅葉を眺めながらのドライブとなり、皆様からも「きれいだね☆彡」と笑顔がこぼれていました。
飯高の道の駅では、ご当地名物の「でんがらもち」をはじめ、季節の野菜や果物などのお買い物それぞれ楽しんでいただきました。



飯高名物
「でんがら」
朴の葉で包んだ餡
が入った蒸し団子。



そのあとは、飯南高等学校に移動し、「ハナノキ」を鑑賞しながら皆様と一緒におやつを美味しくいただき、穏やかなひと時を過ごしました。

【居宅支援事業所「ローマリンダ」】

長く続いた暑い夏がようやく過ぎ、あっという間に秋が駆け抜けていきました。



短い秋に「ブルームの丘」へお出かけしました。お散歩嫌いですが木陰は涼しく楽しそうに歩いていました。

そして今年の冬は、例年よりも厳しい寒さになると聞いております。皆様、どうぞ暖かく手洗い・うがいしっかりとお元気にお過ごしください。



犬ですが、寒さに弱く、ストーブの前を独占しています。

本年もお世話になりました。
どうぞよいお年をお迎えください。



クリスマスver.

【訪問介護事業所「ハッピー」】

～ヘルパーの知恵袋⑭～

今年は12月に入っても暖かい日が多かったですが、急に寒くなってきました。体が冷えることで体調不良につながる事があるそうです。主には頭痛や体のだるさ、血行不良、免疫低下から風邪などひきやすくなる事も…イライラや不眠なども出ることもあるそうです。予防としては、温かい飲み物を飲んだり、服装で暖めたり、少し運動をすることも効果的です。温かいスープなどで体を温めるのはいかがでしょうか？スープにショウガを入れるのもおススメ！生姜は血行を促進する作用があり、消化も助けてくれます。また、とろみをつけるとスープが冷えにくくなります。葛湯などもおススメです。マフラーやかいろで体や手足を温める事もいいですが、カイロで火傷しないよう充分にご注意ください。感染症に気を付けて、楽しい毎日をお過ごしください。

