

平成24年 5月号

〒522-0054 彦根市西今町 923-1

Tel 0749-21-3983 Fax 21-3981

メール yamada-clinic@ gaia.eonet.co.jp

はるのうみ介護最前線

爽やかな季節をむかえましたね

“八十八夜の別れ霜”は言い古された諺ですが、立春の日から数えて八十八日目に当たるこの頃から、霜の心配が無くなるので、農家では種まきの目安としている節目だそうです。

米の漢字は八十八から成り立ち八十八回の手間暇がかかるので『一粒たりとも粗末にしない』は戦前の教えでしたが、五穀の中でもお米を大切にしてきた日本人の知恵が「八十八夜」へのこだわりにもなっているのです。

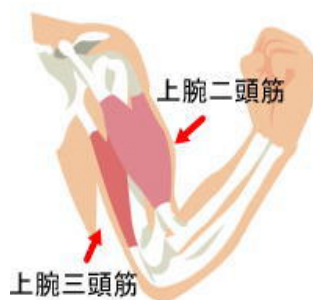
また、一番茶を摘む時季でもあります。この日に摘んだお茶を飲むと中風にならないという古い言い伝えもあるそうです。 美味しいご飯と新茶をどうぞ召し上がれ！！

ちょっとリハビリ、もっとリハビリ

《筋肉の解剖 上腕二頭筋編》

筋力トレーニングをする時に、頑張って頑張って筋肉を鍛えているつもりでも、元から強い筋肉ばかりを使ってしまって、本当に鍛えたい弱い筋肉は全然鍛えられてない、といったことがあります。このようなことを解消するために、今シリーズより、筋肉の解剖のお話をしていきます。

上腕二頭筋は、力こぶを作る筋肉です。肘を曲げる筋肉なので、物を拾い上げたり、ベッド柵などを引っ張るときに使います。また、万歳をするときにも使います。肘が曲がってしまって伸びきらない人は、この筋肉が硬くなっている可能性があります。(理学療法士)



新スタッフの紹介

江波くん (ケアワーカー)

新しくスタッフの仲間として働く事になりました。

身体も大きく力もある男性介護スタッフとして頼りになる職員になっていきますので、これからも宜しくお願いします。

阪東さん (ケアワーカー)

4月から「はるのうみ」のスタッフとして働く事になりました。笑顔だけがとりえですが、皆様これから宜しくお願いします。

北川先生 (理学療法士)

前任の大西先生にかわり4月から中央病院より赴任いたしました。ご利用者の皆様、頑張って一緒にリハビリしていきましょう。

皆様どうか宜しくお願い致します。

伝言版

以前よりお知らせいたしましたとおり、5月よりお迎え時刻の変更等がございます。

午後の分ご利用の方には、お迎え時刻及び、お送りする時刻が早くなりますのであらかじめご了承ください。

