

# はなだよいとむろ

第45号

2022年4月27日 発行

特別養護老人ホーム  
はなの家とむろ



## はなはな 知識

NO.1

### はなはな体操

皆さんこんにちは。作業療法士の藤崎です。月に1回それぞれのユニットに伺い、活動性を向上させ、生活に楽しみを持つ事ができるよう、集団体操(通称:はなはな体操)を行っています。入居されている方は、車イスを使われている方が多いので、安全に配慮し、座ったままの姿で行える運動を中心に実施しています。

ご家族の皆さまもコロナの影響で外出を控え、運動不足になりやすい状態が続いていませんか?「Withコロナ」で心身ともに健康な生活を継続するために、ぜひ体操等で身体を動かしてください!今回は、手を中心とした運動をご紹介します。無理のない範囲で、それぞれ10回ずつ程度行ってください!

①肩をすくめ



②肘で円を描く



③両手を上げ下げす



④身体をひねる



⑤手を握って開く



身体を動かすと、気分もスッキリしますよ!



## 寄付のお礼

安藤 信一 様 加藤 晃義 様  
小室 刀時朗 様 滝沢 正 様  
萩原 泉 様 他1名 様

五十音順

職員一同心からお礼申し上げます。  
施設の運営、サービス向上のために  
大切に使用させていただきます。

### 編集後記

今号から、皆様の生活に役立つ情報を発信していきたいと思います。コーナー名は、「はなはな豆知識」です!次回号では、簡単クッキングの紹介を予定していますので、お楽しみに!

特別養護老人ホーム  
はなの家とむろ



〒243-0031 神奈川県厚木市戸室5-9-15  
TEL 046-225-8787 FAX 046-225-8711  
URL : <http://koujinkai.tomei.or.jp/>  
E-mail: [tokuyo-info@tomei.or.jp](mailto:tokuyo-info@tomei.or.jp)

10年目も、きれいな花を咲かせてくれました





# はなの家 写真館



掲載している写真は、撮影の為にマスクを外して頂いています。



# 新しい仲間が増えました

介護 紅葉ユニット  
氏名：千葉 唯翔 (チバ ユウト)

介護職として入職しました。  
先輩は話しかけやすい雰囲気、色々教えて頂きながら、毎日楽しく働いています。  
これから色々な技術・知識を学んで、入居者の皆さんを支えられるようになりたいと思います。よろしくお願いします。

介護 向日葵ユニット  
氏名：辻口 千恵 (ツジグチ チエ)

人の役に立ちたいという思いを抱き、介護スタッフとして入職しました。  
入居者の皆さんの笑顔がたくさん見れるように、温かい心を持って日々を頑張りたいと思います。よろしくお願いします。

介護 デイサービス  
氏名：坂本 美紀 (サカモト ミキ)

デイサービスのスタッフとして入職しました。  
入職して間もないので、不慣れな事が多いと思いますが、利用者の皆さんのお役に立てるように、日々努力していきます！皆さんよろしくお願いします。

看護職  
氏名：氏平 陽介 (ウジヒラ ヨウスケ)

東名厚木病院から出向しています。施設での看護は初めてのため、心地よい緊張の中働かせてもらっています。  
入居者・利用者の皆さんの安全・安心・笑顔の為に、多職種と協働していきたいですので、よろしくお願いします。

看護職  
氏名：石脇 美奈子 (イシワキ ミナコ)

東名厚木病院より出向できています。  
施設勤務は初めてのため、ご迷惑をおかけする事があるかとは思いますが、精いっぱい努めさせていただきますので、よろしくお願いします。

介護 菜の花ユニット  
氏名：中野 ルミ (ナカノ ルミ)

4月に入職し間がありませんが、職員の皆さんに温かく迎え入れて頂きました。  
自分にできる事をしっかりと頑張っていきたいと思っています。よろしくお願いします。

介護 月影ユニット  
氏名：大石 直輝 (オオイシ ナオキ)

仕事を早く覚えられるよう、先輩方の知識・技術を学びたいと思います。その上で、入居者の皆さんの事を深く知り、お手伝いができるよう日々頑張っていきたいと思っています。

これからも職員一同、入居者様が笑顔で過ごしていただけるように努めていきます。  
いつでもお声かけください☆

## 施設隣接の駐車場が 広く・綺麗になりました！

## 正面玄関横の駐車場が 満車の際には、是非ご 活用下さい。

