

広報

# いわしろ紀行

二本松いわしろ紀行  
広報誌  
第48号  
2018.12月発

## 菊人形を見に行きました♪♪



## 名目津・土湯

名目津・土湯では入居者様に手作りおやつでスイートポテトを作りました！皆様笑顔で「美味しい」と召し上がられていました\*次は何つくりましょうね♪



## 湯野上・芦ノ牧

さつまい  
蒸しパン  
美味しく  
できました！



レクリエーション  
頭と身体の  
運動に！




編集後記

今年も残すこと、今月のみとなりました。あっという間の2018年だったと感じています。今月は、19日にクリスマス会を行います。入居者様、利用者様が楽しんでいただけるよう職員一同頑張りたいと思います。そろそろ雪が本格的に降ってきます。体調などにはくれぐれもお気をつけてお過ごし下さい。  
行事・広報委員会一同

### 消防避難訓練





夜間に施設で火災が発生したという想定で、11月21日(水)に消防避難誘導訓練を行いました。実際に施設の消火器や消火栓を使用して消火活動の訓練も行いました。

実施にあたり多くの方々にご協力して頂きありがとうございました。

### 特別養護老人ホーム二本松いわしろ紀行

#### 【施設理念】

『自分らしく安心して暮らせる空間』  
『地域に根ざし、安らぎと笑顔にあふれる場所』  
を提供する

#### 【施設方針】

- 一. 入居者様一人一人の個性を大切に、“その方らしい暮らし”のできるケアに努めます。
- 一. 誠実さを忘れず、思いやりと愛情を持ったケアに努めます。
- 一. 地域との繋がりを保ち、入居者様と喜びや楽しみを共有できる環境作りに努めます。
- 一. 地域住民に開かれたコミュニティの拠点を目指し、地域貢献に努めます。

### 苦情解決記録(H30.12.1現在)

《利用料について》  
苦情件数 0件・説明中 0件・解決 0件

《処遇について》  
苦情件数 0件・説明中 0件・解決 0件

《環境について》  
苦情件数 0件・説明中 0件・解決 0件

☆何かあれば生活相談員までお申し付け下さい。

.....

身体拘束の実施状況報告  
身体拘束件数 0件・説明中 0件・解決 0件

### 管理栄養士

★献立の一部を紹介します★



### ホームページも是非ご覧下さい!!

二本松いわしろ紀行 検索

日頃の様子や行事、イベントの案内等随時更新していますよ~♪

### 訪問理容予定

12月17日(月)  
1月 7日・21日(月)

※毎月第1・3月曜日に訪問していただいております!

#### 《メニュー》

カット+顔そり 2000円  
カットのみ 1500円  
顔そりのみ 1000円



### お願い

- ・面会時間は8:00~19:30までとなっております。お越しの際は下駄箱の利用、スリッパへの履き替えをお願いします。
- ・ご面会の際は、手洗い・消毒・うがいのご協力をお願いします。
- ・名前のない衣類が散見されております。どなたの持ち物が分からなくなってしまうよう、お持ちいただくもの全てにフルネームでお名前のご記入をお願い致します。
- ・貴重品やお金のお持込みはご遠慮下さい。
- ・食中毒予防の為、食べ物を持ち込まれる際は必ず職員にお声かけ下さい。果物や生ものは居室に置いて行かれないようお願い致します。

### 医務だより~自律神経について~

「何かとストレスが多い現代社会で、どうしたら日々を健やかに過ごせるか？」と多くの方が抱えている問いに対してお話したいと思います。

自律神経とは、生きる上で必要不可欠な存在です。寝ていても、起きていても、自律神経は24時間365日働き続け、呼吸をコントロールしています。

自律神経は『交感神経』と『副交感神経』という2種類の神経で構成されています。車でたとえるならば、“交感神経=アクセル” “副交感神経=ブレーキ” となります。車をスムーズに走行させるためには、アクセルとブレーキがバランスよく機能する必要があります。人間の身体も同じでアクセル役の交感神経とブレーキ役の副交感神経がバランスよく働くことで心身の健康が保たれています。

朝、歯を磨くときや寝る前でもいので、1日1回『ゆっくりを意識する』ことを実行してみてください。日々の生活の中でちょっとした習慣化をしてみてはいかがでしょうか?

