

ショートステイ モワ・トゥール 通信

vol. **22**
令和7年4月発行

ひな祭り

今年も、各事業所に雛人形を飾りました。
3月3日の昼食は、ひな人形をイメージした
なり寿司や、菱餅風のムースなど、色とりどりの
ひな祭りメニューでした。手作りのお品書き
も一緒に添えて、提供させていただきました。
「食べるのがもったいないね。」と話されなが
らも、皆様あっという間に召し上がられていま
した。



看護より 【4月病は高齢者がかかりやすい】

冬から春にかけては、寒暖差が大きくなる時期です。この寒暖差は、
高齢者にとって体調を崩す原因となり、【4月病】とも呼ばれる体調不
良を訴えられる方が多くなります。4月病の主な原因は、【自律神経の
乱れ】と考えられており、この時期ならではの気候や環境が影響してい
ます。自律神経とは、交感神経と副交感神経の2つで構成される神経
の事です。交感神経は、心拍数や血圧をあげて、身体の活動量を増
加させるのに対し、副交感神経は、心拍数や血圧を下げて、身体をリ
ラックスさせる働きがあります。高齢になるにつれ、自律神経が衰えて
いく事で、体温調節機能も低下し、影響を受けやすく、心身に不調を
きたしやすくなってしまいます。
バランスの良い食事や、良質な睡眠を心がけ、自律神経が乱れない
よう、生活リズムを整えましょう。



↑今回はモワスタッフです。

社会福祉法人 花心会

グランパランモワ

TEL.0955-23-4677

グランパラントール

TEL.0955-20-9310

■ 日常・レク風景 ■



バレンタインデー



2月14日のおやつは、チョコレートパフェにメッセージカードを添えて、提供させていただきました。トッピングが可愛らしく、皆様、「わあ〜。可愛いかな。」と微笑まれました。



節分

2月4日・5日に、各事業所で無病息災と幸運を願い、豆まきを行いました。鬼役のスタッフを見て、大笑いされながら、元気よく「鬼は外〜福は内〜」と豆を投げ、鬼退治をされていました。皆様の大きな声と笑い声で、大変賑わっていました。



新人スタッフ紹介

2月に入社され、トゥール配属の澤田さんです。
【本人から一言】
初めての介護の仕事なので、少しずつ勉強中です。慣れない事も多く大変ですが、仕事を早く覚えて、頑張ります！



モワ配属の井上さんです。
介護未経験との事でしたが、積極的に仕事に取り組み、利用者様とも上手にコミュニケーションをとられています。

