

いいなほ便り

新春号

No.8

「実るほど頭を垂れる稲穂かな」の語のように、日々感謝し、懐心することなく謙虚な気持ちでサービスに努める思いから「いいなほ便り」と命名しました。

本年もよろしくお願ひいたします

あけましておめでとうございます。

新たな一年が皆様方にとって素晴らしいものになることを願っています。

辰年は陽の気が動いて万物が振動するので、活力旺盛になって大きく成長し、形が整う年だといわれています。弊社も5年目を迎え成長させていただき、形が整うよう邁進する所存でございます。そして居宅介護支援（ケアマネジャー）や訪問介護（ヘルパー）のサービスを通じて、皆様と一緒に新しい年を迎えられましたことを嬉しく思います。何か特別なご要望がありましたら、何時でもお知らせくださいませ。

今年は介護保険制度の改定の年になります。皆様方にとって負担が重くなるように思われます。

「必要な介護を・必要な時に・必要なだけ」ご利用いただけますよう努力して参ります。

今年も旧年同様よろしくお願ひいたします。

まだまだ寒い日が続きますので、どうぞご自愛くださいませ。



株式会社マグネット
代表取締役
西川 吉三

注意! 冬のお風呂

寒い日はお風呂に入ってあたたまりたいですね。しかし、気をつけたいのがお風呂場での事故。特に12月から2月はヒートショックによる事故が増えるようです。ヒートショックとは、急激な温度差によって血圧が大きく変動し体に悪影響を与える「ショック症状」のこと。めまいや不整脈、重度では心筋梗塞や脳卒中を引き起こす場合があります。こわいですね。

予防は急な温度変化を避けることが重要です。入浴前に脱衣所や浴室を暖房器具で暖めておきましょう。昔ながらの日本家屋は浴室の床がタイルだったり、暖房設備がない場所も多いので、床にマットやスノコを敷いたり、お湯をはった浴槽のふたを外して浴室内を暖めておくのも効果的です。冬は部屋の温度差に気をつけましょう!



生姜パワーでほっかほか!

あつあつの生姜湯を飲むと体が芯から温まりますね。生姜は生でも体を温める成分が含まれていますが、加熱するとさらに

パワーアップ! 「ショウガオール」という体を温める成分が増えるため、冬はお味噌汁やスープ、煮物、鍋料理などに入れて温かい状態で食べるのがおすすめです。また紅茶に生姜と、お好みで黒砂糖や蜂蜜を入れて生姜紅茶にしたり、紅茶のかわりに豆乳で作ったり、生姜ドリンクもいろいろ楽しめます。すりおろしたり、カットしたりするのは面倒だなあという時は乾燥生姜や生姜パウダーが重宝します。ただし、入れ過ぎないように! 生姜は摂りすぎると胃が荒れたり、腹痛や下痢になることがあります。1日10g位が目安です。量にちょっと気をつけて、生姜で元気に過ごしましょう!



サービスご利用時間：月曜日から日曜日(年中無休)・24時間対応 お気軽にお問い合わせください。

- 府中事務所(居宅介護支援事業所)(訪問介護事業所)
〒735-0023 広島県安芸郡府中町浜田本町 4-3
TEL:082-510-1950 FAX:082-510-1951
- 東事務所(居宅介護支援事業所)(訪問介護事業所)
〒732-0022 広島市東区中山鏡ヶ丘 11-16-1
TEL:082-258-1860 FAX:082-280-1951
- 西事務所(訪問介護事業所)
〒733-0822 広島市西区庚午中2丁目19-31
TEL:082-567-5577 FAX:082-275-5799
- 中事務所(訪問介護事業所)
〒730-0043 広島市中区富士見町 6-1-301
TEL:082-258-2850 FAX:082-909-2990

●介護タクシー

車いすのまま乗降可能、運転手(ヘルパー2級以上取得)がご利用者の乗降介助を行います。

インフォーマルサービスにも!



まずは各事務所へご連絡ください。

※移動支援は府中町の事業所で行っています。



株式会社 マグネット
〒735-0023 広島県安芸郡府中町浜田本町 4-3
TEL:082-510-1950 FAX:082-510-1951