

いはらだより ~冬号~

1月

5階



クリスマス会
楽しかったよ!



6階



クリスマスと誕生日
会を同時にして、
かるた取りもしたよ。



いはらまつり

クリスマス会

今から何をやるのか
楽しみ！！

赤い帽子！！
とてもお似合いです



★豆知識～ミカンは健康にいい!!～ 看護師より

ミカンには、ビタミンC補給のほか、発ガンを抑制する効果や、高血圧予防などの効果もあっていわれています。

ビタミンCやビタミンA（β-クリプトキサンチン）などのミネラルのほか、食物繊維やフラボノイドなども含まれているからです。ミカンだけをたくさん食べて健康になる、わけではありませんが、毎日少しずつ食べることで、健康を保つことができそうですね。

職員紹介

5階 にじリーダー
鈴木 真澄



利用者様から直接「ありがとう」や「助かったよ」など、感謝の気持ちを伝えてもらった時に大きなやりがいを感じる事が出来ます。今後も利用者様の笑顔を大切に日々寄り添えたらと思います。