

PDリハビリデイサービス かなえるLIFE

# LIFEだより



新年、明けましておめでとうございます！

謹んで新春をお祝い申し上げます。旧年中は大変お世話になり、誠にありがとうございました。新年を迎えられたことは、皆様のお力添えあってのことと心から感謝しております。今年、かなえるLIFEが少しでも皆様の心の拠り所になれるように気持ちを新たに取り組んでまいります。どうぞよろしく願いいたします。



JAN

1

今月の予定行事

1/14(月)  
~1/18(金)



1/22 (火) パステルアート

1/24 (木) ラフターヨガ

空き状況

月	火	水	木	金
△	△	△	△	△

○空きあり △応相談 ×空きなし

入浴は、要相談になります。

# 第3回 家族会 「cocoroの輪」

池内



12/1(土)、第3回cocoroの輪を開催いたしました。森ノ宮医療大学教授の橋本弘子先生をお招きし『パーキンソン病の生活にまつわる基礎知識』についてご講義いただきました。講義中、一生懸命メモをとられているご家族。ご利用者と共に向き合っているその姿がとても印象的でした。実際にパーキンソンダンスを体験してい

ただき、ご家族の皆さまから笑顔や笑い声が溢れていました。また、茶話会を通じてご家族の声も聞かせていただくこともできました。ご利用者とご家族が、参加することで笑顔になっていただけるような「心の輪」を今後も広げていければと思っています。



## 栄養のお話



管理栄養士 江星










管理栄養士の  
ブログ

### “七草粥について”

新年明けましておめでとうございます、今年も宜しくお願い申し上げます。

1月7日は七草粥を食べる風習があります。七草粥は無病息災を祈って、春の七草(セリ・ナズナ・ゴキョウ・ハコベラ・ホトケノザ・スズナ・スズシロ)を入れて炊いたお粥で、疲れた胃腸を整える為にも食べられています。

	縁起	効能
 セリ	競り勝つ	食欲増進・整腸作用
 ナズナ	なでて汚れをはらう	利尿作用・解熱作用
 ゴキョウ	仏体	風邪の予防効果・むくみ予防
 ハコベラ	繁栄がはこびる	利尿作用・鎮痛作用
 ホトケノザ	仏の安座	整腸作用・高血圧予防
 スズナ	神様を呼ぶ鈴	利尿作用・解熱作用
 スズシロ	汚れのない純白さ	心の安定効果・そばかす予防

七草粥を食べて胃を元気にし、一年の始まりを元気に迎えてお過ごしください。

お問い合わせは⇒⇒⇒  
PDリハビリデイサービス  
かなえるLIFEまで

tel: 072-423-0570

営業時間 月～金 9:00～18:00

〒596-0044 岸和田市西之内町9-67  
http://life.kanaerulink.co.jp

かなえるLIFE

検索

