

2階ユニット てんさん、せふり合同誕生会

6月9日、てんさん、せふりユニット合同で、6月生まれの誕生会を行いました。お菓子は、今年流行スイーツ『マリトッツォ』です。果物や生クリームをトッピングしていただき、皆さん控えめに生クリームを絞られたりと、自分好みのお菓子が出来上がりました。誕生日を迎えられた2名の方にお花をプレゼントし、ハッピーバースデーを皆さんで歌い、お祝いしました。



通所 新人紹介



昨年12月より、再び
デイサービスに勤務して
います。1年間のブラン
クはなかなか元に戻らず、
皆様に迷惑をおかけして
いますが、最近やっと仕事の
感覚が戻ってきたような気
がします。ご利用者様に安心して利用していただ
けるよう、頑張っていきたいと思っていますの
で、よろしくお願いいたします。

下村 文人(しもむら ふみと)さん

介護課 新人紹介(けやきユニット)



3月より、けやきユニッ
トで勤務しています。春庵
では、見晴らしの良い窓か
らの景色や、利用者様との
関わりで、日々元気を頂い
ています。少しずつではあ
りますが、私の名前を覚え
て呼んで下さると、とても
嬉しい気持ちになります。
皆様宜しくお願いします。

土井 教子(どい きょうこ)さん

栄養課 新人紹介



6月より栄養課に勤務
しております。昭和25
年生まれの70歳です。
今まで口だけを動かす仕
事をしており、この1年
間は無職でしたので、体
を動かすことに、かなり
まいっています。ですが
今までと違った仕事をす

ること、仕事ができることを大いに喜んでいま
す。YouTubeでドラマを見ながら、酒を
飲むことを唯一の楽しみとしております。どう
ぞ宜しくお願いします。

福島 一幸(ふくしま かずゆき)さん

通所 看護師新人紹介



2月よりデイサービス
に勤務しております。趣
味はドライブで、四季折
々の風景を見ることです。
今は、コロナ禍でどこに
も行けませんが、早く終
息することを願っていま

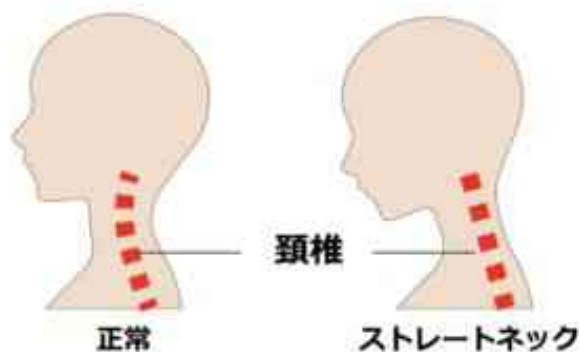
す。デイサービスでの勤務は、病院経験が長い私
にとって戸惑うことばかりでしたが、スタッフの
優しい指導により少しずつですが、仕事の内容を
把握しています。ご利用者の健康管理を通じて皆
様のお役に立てるよう、頑張りたいと思っていま
すのでよろしくお願いいたします。

江頭 美千代(えがしら みちよ)さん

ストレートネックの原因と対策法

ストレートネックとは？

首がまっすぐな状態になり、首や肩に負担がかかっている状態です。正常な頸椎は、緩やかに前方へカーブしています。人の頭の重さは、約5～10kgあります。首と背骨のS字カーブによって、竹がしなるように重さを分散させ、バランスをとっています。



ストレートネックになると？

頭の位置が身体より前方へ移動することになり、首の関節や筋肉に負担がかかってしまいます。

✕ 背もたれに
寄りかかる

○ あごを引き
背筋を伸ばす



◎ストレートネックの対処法

1、正しい座り方で座る

椅子に座る時、太腿と床が平行になるように調整する。座り方として、足を組まず背もたれに深く座り姿勢がまっすぐになるように意識する。

2、適切な高さの枕で寝る。

◎タオルストレッチでストレートネックを予防しましょう！



①タオルを肩幅くらいで持ち、両腕を正面に伸ばしたまま、上半身を左右にひねる。

②タオルの両端を持って、両腕を真上に伸ばす。

③お尻をタッチするように、片手だけお尻に近づける。反対側も同様に行う。

④タオルの両端を持ち、頭の後ろに引っ掛けて頭を前に倒す。

⑤右手でタオルをゆっくり引っ張りながら、右の首筋を伸ばす。反対側も同様に行う。



6月20日 父の日

・ご飯 ・すまし汁 ・天ぷら盛り合わせ
・卵豆腐（蟹あんかけ） ・茶そば和え



6月11日 入梅
あじさい寒天

6月30日 夏越の祓
博多水無月

社会福祉法人 春陽会
特別養護老人ホーム 春庵
短期入所生活介護 春庵
居宅介護支援事業所 春庵

通所介護 春庵
訪問介護 春庵

Tel 0952-31-0711(代表)

Fax 0952-31-0721

HP QRコード、または<http://www.2006shunan.sakura.ne.jp>

