

すまいるNEWS^{R4} 1月号

Vol.52

令和4年・本年もよろしくお願い致します

新年あけましておめでとうございます。今年の干支は壬寅。壬は水を寅は木を表し、壬寅は草木が成長していく様をあらわし、新たな成長が始まる歳と言われています。そんな今年はきびしいコロナの時代を超えて、新たな日常が始まる、そんな一年となってほしいものと願います。我々すまいる訪問看護リハビリステーションもより一層成長できる一年となるよう頑張っていきたいと決意を新たにしております。本年もどうぞよろしくお願い致します。



現在の訪問受け入れ可能枠です!!

看護師による訪問

(令和3年12月1日現在の情報となります。)

	月	火	水	木	金
午前	△	○	○	○	△
午後	○	○	◎	○	○

リハビリ療法士による訪問

	月	火	水	木	金
午前	○	○	○	○	○
午後	◎	△	○	△	○

◎ : 余裕あり ○ : 空きあり △ : ご相談ください

空き状況には変動がありますのでお気軽にお問い合わせください。



0859-36-8030

すまいる訪問看護リハビリステーション

住所：米子市両三柳 693-3

HPはこちらへ↓

営業時間：平日 8:30~17:30
(盆・年末年始除く)

訪問エリア：米子市、境港市
伯耆町(旧岸本町エリア)



【今月のコンテンツ】

感染予防対策を見直そう！！

全国的な新型コロナウイルス感染症の再拡大が続く中、鳥取県でもオミクロン株の感染が拡大し始めています。

感染対策に奔走する日々が続きますが、まだまだ感染対策を続けながらの生活が必要です。そこで、いまいちど感染予防対策のポイントを見直しておきましょう。

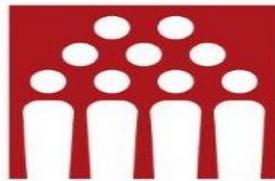
【基本的な感染対策】



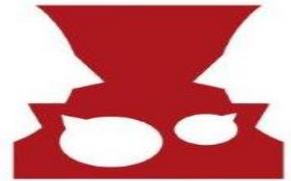
マスク着用



外出控え



密集回避



密接回避



密閉回避



換気



咳エチケット



手洗い

【その他にも免疫を高めるために】



運動



睡眠



栄養

すまいるコラム

無病息災を祈って七草粥を食べることは馴染みの習慣ですが、七草囃子や七草たたきと呼ばれる歌があることをご存知でしょうか。その昔、疫病は唐土(中国)から飛来する鳥がもたらすと考えられていました。古来の風習では七草を揃えてまな板の上でトントン刻みながら歌い、農作物を食い荒らす害鳥獣を追い払う歌とされています。地域によっていろいろな歌詞や行事があるようですが、鳥取県では「鳥追い」という行事が行われるところが多いようです。(赤塚)

