

ふれあい通信

2026年
(令和8年) 冬号
第137号

ふくやま・すこやかクリニック通所リハビリテーション Tel(078)927-1522
明石市野々上3丁目15-19 Fax(078)927-1517



製作責任者 末澤（介護福祉士）
筆者 武内（作業療法士）

謹んで新春のお慶びを申し上げます。

旧年中は、当施設の活動に温かいご理解とご協力を賜り、誠にありがとうございました。

皆さまの笑顔や励ましのお言葉が、私たち職員にとって何よりの力となりました。

2026年は「丙午（ひのえうま）」。60年に一度しか巡ってこない特別な年です。

古くから「勢いよく駆け抜ける年」とも言われ、活力や前進の象徴とされています。

小さな一歩が、大きな変化を生みます。今年も一緒に、新しいことにも挑戦し、心も体も元気いっぱいの一年をつくっていきましょう。本年もどうぞよろしくお願いいたします。

こんなことしました♪♪ 一部をご紹介します！

10月 運動会

選手宣誓



風船パタパタゲーム



チームワーク発揮!!



11月 菊花展へ外出



見事な菊の芸術に触れ、豊かな時間を過ごしました



12月 クリスマス会



12月24日
明石きらきらマジッククラブさんの
マジックショー☆



12月25日
うたの出前屋さんの演奏会♪

サンタさんからプレゼントを
頂きました(*^-^*)



デイケア リハビリ室だより

現在、インフルエンザを始めとする感染症が猛威を振るっています。昨年に比べて、感染者数が「警報レベル」となり、全国の学校で休校や学級閉鎖なども何度も繰り返しているようです。

感染症対策について



こまめに換気



マスク・咳エチケット



手洗い・手指消毒

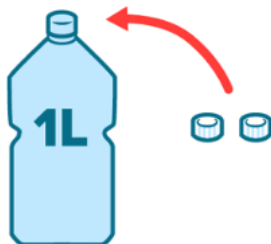
清潔な環境を保つ

次亜塩素酸ナトリウム液のつくり方

市販の原液濃度5パーセントの塩素系漂白剤を使用したときの目安

新型コロナウイルス 消毒

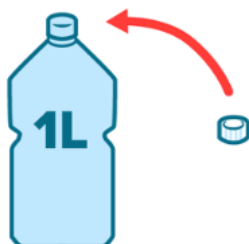
約**0.05%**



塩素系漂白剤 **10ml**
(ペットボトルの
キャップで**2**杯)

ノロウイルス等 消毒

約**0.02%**



塩素系漂白剤 **5ml**
(ペットボトルの
キャップで**1**杯)

ノロウイルス等の 嘔吐物 消毒

約**0.1%**



塩素系漂白剤 **20ml**
(ペットボトルの
キャップで**4**杯)

この寒い冬、元気に乗り切りましょう！！



当所のスタッフを改めて紹介させていただきます。
皆さん宜しく願い致します。



毎日みなさんとお話ししたりレクリエーションしたりするのがとても楽しいです。デイケアに来られている日が楽しい1日になりますよう頑張っていきます。

当施設長：永田医師の記事が神戸新聞
(12月23日)に掲載されました。

わがまち 20

石

◆ 明石総局
〒573-0886
〒573-0886
TEL 078-912-4343
FAX 078-912-2633
e-mail
astsho@nabn-np.co.jp

◆ 本社報道部
〒580-0822
神戸市中央区
旭川町 1-5-7
TEL 078-362-7100
FAX 078-362-5555
e-mail
radio@nabn-np.co.jp

火事や事故の連絡、写真、映像提供、身元不届、生憎情報など上記へご連絡ください

スガミ楽器

TEL 078-913-0123

ベルギーデン

インスリン治療必要な「1型」も

あなたの糖尿病は大丈夫ですか？

足のしびれや自律神経の障害、網膜症などの失明、腎臓病などの透析、心臓病などの血管障害のリスクが伴います。

健康つし

糖尿病でインスリン治療が必要な「1型」も。自覚症状がなくても、血糖の目視でGAD抗体、インスリン抗体、IA-2抗体など、将来の1型インスリン糖尿病に対する可能性がかなり高くなります。インスリン療法で治療された方々に比べて、糖尿病で合併症のリスクが倍増する。インスリン療法で治療された方々に比べて、糖尿病で合併症のリスクが倍増する。

日本人の糖尿病発症率は約10人に1人、7人に1人がかかると推定されています。よく知られているように、糖尿病は、遺伝的影響や生活習慣、肥満の影響などによって発症しますが、不足した栄養素が主な原因です。高血糖を抑制する。

日本人の糖尿病発症率は約10人に1人、7人に1人がかかると推定されています。よく知られているように、糖尿病は、遺伝的影響や生活習慣、肥満の影響などによって発症しますが、不足した栄養素が主な原因です。高血糖を抑制する。

10月号 猛虎 黄金期へ



ドジャース感動をありがとう



この1年は、どうでしたか?

免疫暴走 コントロール

大塚・横濱万博で水素の湯 ミライ人間洗濯機

人音家族と取ったMYO

大塚・横濱万博

EXPO 2025

EXPO 2025

廻し読み新聞

12月11日

この一年は、
どうでしたか？

