

青葉商店 12月号



令和5年12月1日 262号

医療法人社団幸信会

青葉メディカル・青葉病院・ウエル青葉

滋賀県東近江市青葉町 1-46

夜空の月や星が冴えわたる今日この頃、皆様いかがお過ごしでしょうか？気が付けば12月、街ではクリスマスイルミネーションが華やかにきらめく季節となりました。先日クリスマスについて調べていたところ興味深い話を見つけましたのでご紹介したいと思います。

日本人による最初のクリスマス会は1874年（明治7年）、東京築地にあった外国人居留地の学校で行われたという記録があります。この年キリスト教に入信した原という青年が企画したもので、会場にはクリスマスツリーと大量の花かんざしを飾り、サンタクロースは袴（かみしも）姿にかつらと刀を差した殿様のような出で立ちでした。十字架をミカンで飾ってみたものの、前日に見に来たアメリカ公使館員に「これは違う」と撤去させられた、という話が残っています。江戸っ子であった彼は「神田明神の祭礼のような気持ちでやった」そうで、かなり盛り上がったそうですよ。

また、子どもたちに人気のクリスマスブーツ発祥の地はなんと草津市。戦後しばらくして発売されたこの商品は、クリスマスツリーに飾ってある小さなブーツをヒントにしたもの。「大きくしたブーツの中にお菓子を入れたら喜んでもらえるのでは？」と思いついたのが始まりだそう。クリスマスブーツを発売したこの会社は現在も草津市内にあり、毎年たくさんのブーツを製造されていますが、残念ながら発売当時の経緯を証明する文献は残っていないそうです。

クリスマスが過ぎれば新年はすぐそこ。何かと
気ぜわしい師走ですが、お体に気を付けて良い年を
お迎えくださいね。



青葉病院



11月にお誕生日を迎えられた皆さまおめでとうございます！
スタッフ一同心からお祝い申し上げます(^_^)-☆

あゆみふれあいフェスタ ボランティア参加

10月29日（日）平田コミュニティセンターで「あゆみふれあいフェスタ2023」が開催されました。

今年は、「みんなが集い、語らい、交流を深めよう」をテーマに、和太鼓やよし笛、ゲームコーナー、フリーマーケット、模擬店販売、作品展示などがあり、たくさんの来場者でにぎわっていました。

ボランティアとして12名が参加させていただき、皆さんと楽しい一日を過ごすことができました。



年末年始 休業日のお知らせ

ご迷惑をお掛けしますが、ご了承下さいますようお願いいたします。

12月30日（土）～1月4日（木）

- ◆夕暮れデイセンター
- ◆ケアステーション
- ◆青葉メディカル外来診療
- ◆通所リハビリ（メディカル・ウエル）
- ◆ウエルあおば介護相談室

【休業中の緊急連絡先】

0748-22-5077 (夕暮れデイセンター、メディカル通所リハビリ)
-20-2345 (ウエル通所リハビリ)
-24-3232 (ケアステーション)
-20-2121 (ウエルあおば介護相談室)

ウェル青葉



クリスマスに向けて準備をしました。
フロアの雰囲気も一気にクリスマスモードになり、今からクリスマスが待ち遠しいです🎄

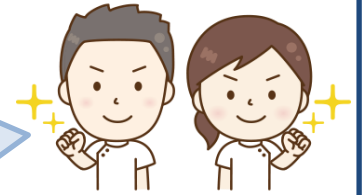
夕暮れデイサービス



今月は夕暮れデイの日常をご紹介します。
折り紙や編み物など思い思いに過ごしたり、みんなでゲームをしたりしています。お誕生日の方がいらっしやるとプレゼントをお渡ししてみんなでお祝いします!(^^)!



ウェル通所リハビリ



ワンポイント！指先の冷えに効くツボ♪



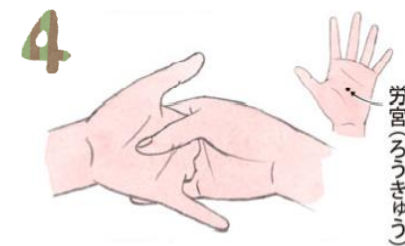
①中指を反対側の手でつかみ、外側へ反らします。中指のツボは心臓と関係していますので、刺激することで滞った血流を覚ましてあげましょう。



②各指の爪の生え際の両脇を刺激します。爪の生え際にはそれぞれツボがあり、まとめて井穴(せいけつ)と呼ばれています。名の通り、気(身体を動かすエネルギー)が出る出発点なので、ここを揉んでおくことで、手はもちろん、身体全体が温まりやすくなります。



③指を刺激した後は、こぶしにうつります。手を組んだ状態でグッと握り、指と指の間を刺激します。指と指の間にあるツボ、八関(はっかん)を10秒ほど押してあげてください。ここを刺激すると、指先に血が届きやすくなります。



④最後に、手のひらの真ん中で、指を組んだ時に中指が当たるところにある労宮のツボを押します。八関を刺激した状態から親指だけ労宮へ移動させ、指圧すればよいでしょう。ストレス緩和のツボで、緊張をほぐし手全体の血流を改善してくれます。

手や指は第二の脳ともいわれるように、手の冷えは脳の疲れに直結しているようです。すき間時間などにストレス解消を兼ねて、試してみてください。

