



「プラザイムス」は、患者さま、ご家族のみなさまに院内やIMSグループの医療活動、病気に関する情報をお伝えするコミュニケーションペーパーです。

ご挨拶

ここ森町でも雪が降り、駒ヶ岳もすっかり雪化粧となりました。
寒い日が続く、路面も凍結しています。
体調管理や屋外での転倒に注意しましょう！！
それでは、ロイヤル新聞12月号スタートです！

肝臓を大切にしないと

いかにぞう！

今年も残すところ、あと1ヶ月余りとなりました。12月は忘年会シーズンであり、お酒を飲む機会が増えます。適度に飲むお酒は身体に良いとされていますが、飲み過ぎると肝臓を壊してしまいます。

そこで今回はケーシー門田が肝臓に優しいお酒の飲み方と、肝臓に良い食べ物についてお話しします。

お酒に含まれるアルコールは肝臓で分解されます。この働きが正常に行われる1日のお酒の量は、男性日本酒2合、女性1合と言われています。それ以上のお酒を飲むと、肝臓に負担がかかり、肝機能が低下してしまいます。肝臓は沈黙の臓器とも言われ、少々機能が低下しても症状が現れにくく、気付いた時には重い肝臓の病気にかかっている場合がある為注意が必要です。肝臓を守る方法として、①お酒を飲む前はチーズやナッツ、青魚を食べる。

②飲酒中のつまみは豆腐や野菜、イカやタコ等にする。

③飲酒後はお水など十分な水分を摂る。お酒を正しく飲み、肝機能に気を付けて、元気に年を越しましょう！



ケーシー門田



次回ロイヤル倶楽部は12月15日（日）です！

2 階 認知症棟

行事の様子

11月19日（火）にフロアにて誕生会が開催されました。
入所者さまと職員で誕生の方々を祝い、皆さまでケーキを食べ、
大いに盛り上がりました。
次回は、2階行事クリスマス会をお伝えします。



入

所

※行事の参加者は、通所・入所の利用者さまとなっております。

3 階 一般棟

季節が変わり、気温の寒暖差も大きくなり、乾燥の激しい季節になりました。

11月から加湿器がフル稼働し、感染症対策にうがい手洗いを強化し始めました。



通所リハビリテーション

12月の予定

- 12月 5日 (木) おやつレク
- 12月12日 (木) 誕生会
- 12月18日 (水) 昼食レク おでん
- 12月25日 (水) 忘年会 寄せ鍋
- 12月27日 (金) 森町 買い物レク

11月の月行事は「文化祭」を行いました。
内容は職員による劇「大きなカブ」！
皆さまの声援もあり、無事大きなカブを
収穫することが出来ました(*'艸`)

11月の誕生会は利用者さまと職員で万歩計を使用して身体を動かすゲームを行い誕生の方と楽しい時間を過ごす事が出来ました('ω')ノ



男性職員によるおやつレクを行いました！利用者さまに教えて頂き無事完成しました♪美味しく出来ました(*'ω'*)



問題 クイズ北海道

北海道には約何万人の人が住んでいるのでしょうか？

- ①452万人
- ②552万人
- ③652万人



答 ②552万人





あじさい



バスハイク 函太郎ジュニアサムズ



11月7日（月）は、函太郎ジュニアサムズへお出掛けし、昼食にお寿司をいただきました。

皆さま好きなネタのお寿司を食べ、「美味しいね」「ケーキもあるよ」など、笑顔で楽しみました。

～あじさい個別活動紹介～

パッチワークで座布団カバーを作ってます。

あじさいのクッション等のカバーはすべて利用者さまの手作りです♪

森町のご当地カルタで、皆さま森町の昔話を楽しまれております。



発行元

IMSグループ 医療法人社団 明山会
道南森ロイヤルケアセンター

連絡先

道南森ロイヤルケアセンター 電話 01374-3-2111
道南森ロイヤルあじさい 電話 01374-2-5761

住所

道南森ロイヤルケアセンター
北海道茅部郡森町字上台町326-117
道南森ロイヤルあじさい
（※「道南森ロイヤルあじさいの里」建物内）

～介護職員募集～

- 介護のお仕事に興味のある方
- これから介護の資格を取る予定の方
- 資格は持っているが、長いブランクのある方
- 介護の資格をお持ちの方

上記のいずれかに該当される方はご連絡をお待ちしております。（年齢:18歳以上）

○連絡先：3-2111（担当：総務課）

※一日無料体験募集中です。送迎やお食事など、料金は一切頂きません。

お気軽にご利用・ご相談ください。