草加ロイヤルケアセンター
2022年12月号

通所リハビリ通信

今年も残すところあと1ヵ月となりました。
コロナウィルス第8波流行の兆しがみられますが
皆様いかがお過ごしでしょうか。
今月の通所リハビリ通信は1年の疲れを癒す
自然素材を使った効能別『年の湯』を紹介します。

りんご風呂

疲労回復、新陳代謝の促進
①リンゴの皮や芯を陰干しし、乾かす
②お茶パックなどに入れて完成

しょうが風呂

抗菌作用、血行促進
①皮付きのまま、ショウガを薄切りし、
陰干しして乾かす
②お茶パックなどに入れて完成

みかん風呂

美肌効果、リラックス効果
①ミカンの皮を陰干しし、しっかり乾かす
②お茶パックなどに入れて完成

だいこん風呂

血行促進、冷え性の改善
①大根の葉を洗って長さ10cm程度に切り、
陰干しして乾かす
②お茶パックなどに入れて完成

米のとぎ汁風呂

体臭予防、美肌効果
①米のとぎ汁を取っておく
②洗面器1杯程度、湯船に入れる

大晦日が
おすすめ♥

12月の予定

1週目	干支作品
2週目	お散歩週間
3週目	カラオケ機で体操
4週目	ゆず湯週間
5週目	お手玉崩し

お知らせ

12/23(金)
クリスマス会

ロイヤル祭の様子

通所の作品はアマビエハロウィン♥
お馴染みの玉ピクチャーとちぎり絵を
使った作品が完成しました！
写真撮影をしたり、ケーキを食べたり
今年はマスクケースのプレゼントがありました♪

入浴されている皆様へ

バスタオル、フェイスタオルは入浴時、
お一人様各一枚とさせていただいております。
他に必要な方はご持参くださいますようお願いいたします。

お願い

当施設では食べ物の持ち込み、物のやり取りをご遠慮いただいております。
職員がやり取りを確認した際は声をかけさせていただきます。
あらかじめご了承ください。
また、手荷物の持ち込みは最小限でお願いいたします。