



# ぽんぽこだより



2026 春号

介護老人保健施設 晴和会田上園



〒959-1512 新潟県南蒲原郡田上町羽生田乙572-35 電話 0256-46-7777

## ★新しい仲間を紹介します。よろしくお願ひします★

### 女性 看護職員



- ①出身地 五泉市
- ②趣味・特技 花や観葉植物が好きです
- ③休日の過ごし方 ドラマ、お笑いを見る
- ④今後の目標 入職し1か月が経過しますが早く業務に慣れ基本理念に沿った仕事にやりがいを感じ医療人として楽しく働きたいと思う理念を忘れないでいきたいと思ひます

### 女性 介護職員

- ①出身地 新発田市
- ②趣味・特技 がま口の小物づくり
- ③休日の過ごし方 ショッピング
- ④今後の目標 資格取得

合格



## 田上園行事の写真集

1月お正月・2月節分～鬼をやっつけろ！・3月ひな祭り♡



## STOP！！やり方間違えていませんか？

みなさんは正しいうがいの方法をご存じですか？「ブクブクうがい」と「ガラガラうがい」この二つのどちらを先におこなえばよいのか迷ったことはありませんか？今回は正しいうがいの方法をご紹介します。

①水を口に含み舌や頬を動かしながら「ブクブク」音を立ててゆすぎます

②もう一度水を口に含み今度は上を向き「ガラガラ」と喉をゆすぎます

最初に「ブクブクうがい」で口を綺麗にしてから「ガラガラうがい」で喉のケアをおこないます。



うがいはお金のかからない感染症予防に効果観面などとも身近な健康法です。

毎日続けることで自分の体をウイルスから守ることができます。



## オレンジカフェ たけのこ

【開催予定日】

- |           |                  |   |
|-----------|------------------|---|
| 5月26日(火)  | アウフグース           |   |
| 7月28日(火)  | 認知症とアロマセラピー      |   |
| 9月22日(火)  | ギター・歌            |   |
| 11月24日(火) | プロマジシャンによるショータイム |  |



熱波節

田上園で一息ついていかれませんか👁️お待ちしております❤️

晴和会田上園では今年度も施設での行事、オレンジカフェやボランティア活動の受け入れなどを予定しております。また、面会についてのお知らせをホームページでご覧いただけます。下記のURLからアクセスできますので宜しくお願い致します。

ホームページ <https://www.tagamien.jp/> または「田上園」で検索

田上園

検索