

にじいろ

2023
冬号



Contents

- ニキビ予防と治療
- 最高の味
- 外耳炎と中耳炎の違い
- アドベントカレンダー
- ハロウィンパーティー
- ハッピーボディ体操教室



ハッピーボディ体操教室

ふじわら医院では月に1回、体操教室を開催しています。
普段の生活で固まった筋肉を緩め、姿勢を保つ筋肉(コア)にスイッチを入れ、動きやすい身体作りをしていきます。

痩せやすい身体を作りたい…、肩こり腰痛を治したい…など
様々なお悩みのある方、性別や年齢は関係なくご参加できます。

参加者
大募集中です★

*時 間 : 10時30分~11時30分

※血圧・体重測定のため10分前にはお越しください

*場 所 : ふじわら医院2階

*料 金 : 診察料+自費負担1000円

*服 装 : 動きやすい服装

*持参物 : 水分・フェイスタオル

◎教室は完全予約制となっております。

ふじわら医院まで ☎0833-91-7100

ふくむら あかね

講師 福村 紅子 先生

International
Swimming design 代表



アクセス

本院



〒745-0651

山口県周南市大字大河内 256-14

●医療法人 成心会 ふじわら医院
TEL:0833-91-7100 FAX:0833-91-7101

●児童発達支援・放課後等デイサービス きかん車
TEL:0833-91-7233 FAX:0833-91-7101

●相談支援事業所 きかん車
TEL:0833-91-7233 FAX:0833-91-7101

●病児保育室 わんぱくの国
TEL:0833-91-7233 FAX:0833-91-7101

オリーブ
D.S.C

南周防大橋を渡り
右折後、水色の
看板が目印です!



〒742-1111

山口県熊毛郡平生町佐賀 3775-46

●児童発達支援・放課後等デイサービス あおぞら
TEL:0820-25-3365 FAX:0820-25-3616

●児童発達支援・放課後等デイサービス そよかぜ
TEL:0820-25-3365 FAX:0820-25-3616

●相談支援事業所 エンジュ(槐)
TEL:0820-25-3615 FAX:0820-25-3616

●病児保育室 のびのび
TEL:0820-26-4145 FAX:0820-25-3616



医療法人成心会
ふじわら医院



ニキビ予防と治療

ニキビは思春期頃から発症し、長く続く慢性の病気です。
ニキビあとを残さないためにも正しい予防と治療をしていきましょう。

●正しく洗顔をしましょう。

1日2回、洗顔料を泡立ててぬるま湯でやさしく洗いましょう。



●自分でつぶさないようにしましょう。



●なるべく早く治療を受けましょう。

ニキビはできはじめが治療のチャンス。
人それぞれに合わせたお薬が処方されますので
ご相談ください。

児童発達支援・放課後等デイサービス
きかん車



アドベントカレンダー

11月に「アドベントカレンダー」を作りました！
「アドベントカレンダー」とは、クリスマスまでの日数をカウントする日めくりカレンダーです。
折り紙を折る、お菓子を詰めるなど細かい作業の繰り返しでしたが、
好きな柄や色、味を選んで、オリジナルのカレンダーを完成させることが出来ました！
カレンダーを毎日1つずつ開けると、ツリーの飾りが出てきたり、お菓子が出てきたり、
クリスマスまで楽しみが続きます♪



児童発達支援・放課後等デイサービス

あおぞら

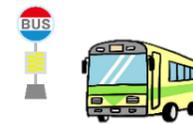


最高の味



土曜日療育にて、「自分たちで旅行計画を立てる パート2 企画」として「バスを使って行ってみよう」を実行しました。みんなと一緒にバスに乗って行き、アイスクリーム屋さんで自分で注文する体験をしました。バスを待つ間、今から始まるミニ旅行にみんなのワクワク感と緊張感がこちらにも伝わってくるようでした。知っている場所や物事であっても、いざ自分で挑戦してみるといつもと違うことに気づき、さぞやドキドキしたことと思います。自分で来たことへの満足感や達成感により、いつものアイスクリームがさらにおいしく特別なものになりました。

アイスクリームを食べている笑顔もピカピカ最上級に輝いていました。



児童発達支援・放課後等デイサービス

そよかぜ



ハロウィンパーティー



10月末日、ハロウィンパーティーを開催しました。
一歩部屋に入れば、みんなが今日までに手形・折り紙・紙皿などで作って来たオバケ達でいっぱい！！
それぞれ好きな衣装もして気分は上タノヲ
おばけ釣り・クイズ…と進む中、メインの目玉レースへ。
職員が扮した“おばけ”に1人でじゃんけんをしに行き、
勝ったら目玉(ピンポン玉)をもらってスプーンで運んでくるというゲーム。
怖くてドアの陰に隠れてなかなか行けなかったり、
少し震えながらも、目玉をとったら猛ダッシュで逃げて来たり…とハラハラ★ドキドキ…
とても楽しい時間が過ごせました。



『外耳炎と中耳炎の違い』



●外耳炎

耳の穴の皮膚の炎症。耳掃除やひっかき傷が原因で細菌が入ったり、お風呂や水泳などで耳の中に水が入ることで起こる炎症。

●中耳炎

耳の奥、鼓膜の裏に膿などがたまる病気。風邪などから発症し、鼻から細菌やウイルスが入りそのまま繋がっている耳の奥で起こる炎症。

どちらも痛みを伴うため、症状だけではなかなか判断はつきません。
しっかりとした診断を受け適切な治療を受けましょう。

作品介绍

