



訪問看護ステーション

ナースケア岩沼

宮城県岩沼市中央2丁目
5-12

TEL 0223-25-6738

FAX 0223-25-6739

医療福祉複合
施設建設の
お知らせ

拝啓 毎日暑い日々が続いておりますが、
お変わりなくお過ごしでしょうか。
さて、この度弊社グループ会社において岩沼市の中心部に
クリニック・医療型高齢者向け住宅・飲食店における複合の
施設である「いぶきIWANUMA」を建設をする運びとなりま
した。2024年夏の開設を目指してまいります。今後とも
グループ会社とも医療福祉サービス向上のため日々努力をし
ていく所存でございます。
略儀ながら書中をもちましてご挨拶申し上げます



敬具

暑い夏！「ぬる湯」入浴のすすめ



夏のお風呂でぬる湯を使うと、さまざまな効果が期待できます。まず、ぬる湯のお風呂に浸かることで、血行促進が促されます。体温が上がることで血管が拡張し、血液の循環が良くなります。これにより、疲労回復や筋肉の緊張緩和が促されます。

また、ぬる湯のお風呂は、暑さからくる疲れやストレスを解消する効果もあります。適度な温度のお湯に浸かることで、身体全体がリラックスし、心地よい安らぎを感じることができます。さらに、湯船にゆっくりと浸かることで、心身の緊張をほぐし、精神的なリフレッシュを図ることができます。

ぬる湯のお風呂を楽しむ際には、十分な水分補給を行い、適度な時間で入浴することが大切です。また、個人の体感温度や健康状態に合わせてお風呂の温度を調節しましょう。

豆知識



仙台発祥の冷やし中華

暑い季節になると食べたくなる冷やし中華は仙台が発祥と言われて
います。夏場の暑い季節、中華料理屋からお客さんの足が遠のいたた
め考案されたそうです。麺を茹でて冷水でしめ、冷たいスープやタレ
をかけ、具材は、キュウリ、トマト、ハム、卵、チャーシューなどが
一般的とされています。。麺と具材をよく混ぜ合わせ、冷たい状態で
食べるのがおいしい食べ方です。

ステーション体制 看護師9名 管理栄養士1名 理学療法士2名 作業療法士1名