

けやきの木

地域密着型老人福祉施設けやき
南区築港元町2-31
TEL代263-7500



8年目のけやきです



地域密着型老人施設けやきは、平成21年4月にオープンしました。皆様のおかげで早8年目。ありがとうございます。これからもよろしくお願ひします。

このけやきも、8年目を迎え地域の方々にも、浸透されつつあるのではと思います。元町サロンへの参加、避難訓練・秋祭り・運動会など交流も増えましたが、より一層関わりを深めこれからも、地域に開かれた施設を目指し、頑張っていこうと思ひますので、今後ともよろしくお願ひします。

小規模管理者
谷本 秀行



春がキター・来た!! 花見に行こう

今年の桜は、暖冬と言う事もあり、早い時期から咲き始めました。あわてて計画をして、満開の桜を見る事が出来、皆さん大変喜ばれていました。



元町臨港運輸の駐車場にて花見を行いました

施設長のおかやまマラソン 3

第1回おかやまマラソン1ヵ月前、気分はいよいよ残1ヵ月と思いながら、本当に42.195キロ完走できるか不安でした。

スポーツ店のアドバイザーに1度長距離を走る事をすすめられ、20キロを目標に走ってみたところ10キロまでは快調。しかし15キロ過ぎた所から違和感がではじめました。いつもと違う痛みが膝の外側からくる。それでも無理して走っているうち、だんだんと走れなくなりました。仕方ないので一度止まると、全くといっていいほど足が止まりました。自分の体のなかで何がおこっているのかわからず、その場でひとり座りこんでしまうほど。その後、足をひこずりながら帰宅し、数日間膝に激しい痛みがありました。

のちにわかったことですが、このころより、いわゆるランナーズニー（太ももの外側をおおう長い靭帯の炎症）をおこしていたようです。

知らないということは怖いもので、そのままマラソン当日を迎えることとなります。鎮痛スプレーを持参して、づづく。



小規模は近くの桜の名所に

小規模多機能型居宅は、泊まり・通い・訪問のサービスが受けられます。

ご相談は、谷本まで

