

# ひろば

第251号  
2018. 11. 1  
横浜シルバープラザ

## 秋の遠足

平成三十年十月十三日(土) 秋の遠足を実施しました。当日は快晴とはいかず、肌寒い中でしたが、実に三年振り(外での遠足)を実行出来ました。慣れない職員も多い中でご家族やボランティアの皆様協力により、事故なく無事に実施出来ました事に感謝致します。すずき野二丁目公園への道程を車椅子を押しながら移動するのはなかなか大変だったと思います。到着後にはリハビリ体操で体をほぐし、秋の味覚のお弁当と入居者様と一緒に作ったシル豚で体を温め、風船送り競争で体を動かし、青葉太鼓の皆さんによる和太鼓演奏を楽しみました。皆さん競争事となれば、いつも以上に一生懸命声を掛け合い体を動かして風船送りを楽しんでいました。和太鼓演奏も演者の皆さんと踊ったりしながら笑顔で楽しんでいました。今年は久しぶりの屋外開催でしたが、外の空気に触れながら、皆と一緒に活動する事が出来て良かったと思います。来年は更に暖かい中で開催出来る事を楽しみにしたいと思います。ご協力頂いた皆様に心から感謝申し上げます。



青葉太鼓の方々に  
よる太鼓演奏

風船送りリレー



介護福祉士 長尾 朋也

## お買い物サロン

冠婚葬祭であったり、外食の為に外出される事はあっても、なかなか衣類の「お買い物」の外出される事が無いご入居者様にとって、「秋のお買い物サロン」は楽しみの一つではないでしょうか？  
夏の暑さから開放され、日々涼しさが増し、ちょうど、衣替えのシーズンでもあり、秋物から冬物の商品が並ぶ「サロン」では興味を引くようです。  
特に女性の方は、いくつになられてもショッピング好きの方が多いですよ。  
十月二十一日(日) 三階二階それぞれのレクルームで開催された「秋のお買い物サロン」は、事前にご紹介した時から、「どんなものが出るの」「こんな感じのセーターあるかしら」「家族に余分にお金を持って来てもらわなきゃ」等、お買物を楽しみにされている様子が伺えました。三階から始まった売り場では、セールの奪い合いは見られないものの、目がきらきらしたご入居者様が数名、商品を楽しそうに選ばれる姿が印象的でした。実際に購入されたご入居者様からも、ユニットに戻られてから満足の声が聞かれ、「今度は、こんな様な感じで色の違うのが欲しい」等の声も聞かれました。

## 通所リハビリテーションだより

帰り道、日が暮れるのが早くてなんだか寂しい気持ち。秋の夜長は、何をして過ごしましょうか・・・  
さて十月の通所リハビリの行事といえば、運動会。今年もワイワイ盛り上がりまりました。競技はパン食い競争に玉入れ、くるくる回って椅子取り。競争になると同志むき出しにして真剣勝負。パン食いは、力強く噛みちぎって袋を破ってしまったり、入れ歯をはずしてやる気を出したり、車椅子で暴走したりと、皆様の気迫が怖かった・・・いや素晴らしい！  
13日(土)にはデイの皆様も遠足に参加しました。寒い中での温かい豚汁は身体に染み渡りました。デイのご利用者の内、M様、S様、N様の女性三名は施設から公園まで20分かけて歩きました！到着後も余裕の表情で「楽しかった」とのこと。さすがリハビリの成果です！  
今年は何のサツマイモが上手く実らず葉っぱだけが立派に育ち、「戦後食べた」と言う芋の茎を炒めて調理。思いのほか美味しくてあつという間になくなってしまいました。  
寒くなる時期、休みたくなる気持ちよく分かります。職員も同じですから。でもきっとシルバーにすれば元気がもらえます。職員もそうですから。



通所リハビリ介護主任 村瀬 奈美

## 支援相談室からのご案内

### 《感染症予防のお願い》

当施設では、感染症予防の為、10月1日より面会時のマスクの着用と手洗い・うがいの実施をお願いしております。面会時はマスクをお持ちになってご来所下さい。また、体調の優れない時の面会も控えていただきますようお願い致します。

### 《緑成会グループ合同行事のご案内》

当施設が属する緑成会グループ(横浜総合病院・特別養護老人ホーム緑の郷・横浜シルバープラザ)は、毎年地域の皆様に医療・保健・福祉への理解を深めて頂く為の合同行事を催しています。今年「健康フェスタ」と銘打ち、健康測定(血糖値・骨密度・血管年齢等)・健康や福祉の相談・福祉体験(高齢や障害の疑似体験・健康リハビリ体操・介護食の試食等)のブースを設置した体験型の行事を開催致します。各ブースでは専門職が対応致します。和太鼓の演奏もありますので、興味のある方はぜひご参加下さい。事前の申し込みは不要ですので、当日は直接会場にお越し下さい。

※日時：平成三十年十一月十日(土)

午後二時〜午後四時(受付13時半)

※場所：緑の郷(当施設の隣の施設です)

多目的大ホール

※和太鼓演奏：出演 あおば太鼓の皆様

午後二時〜午後二時半

## 十一月の行事食

### ●十一月十二日 《おやつバイキング》

チョコレートソースや生クリーム、また定番のトマトやチーズ盛りなどのミニピザを選んでいただきます。

### ●十月二十三日 《勤労感謝の日》

赤飯、茶碗蒸し、紅白林檎のコンポートなど。

### ●十月二十五日 《選択食》

A 昼食の主菜を予めお選びいただけます。  
B タンドリーチキン  
白身魚のピカタ

### 来月の特別食のお知らせ

2018年12月の特別食  
平成最後の師走、和食膳をおもてなしさせていただきます。  
予定日十二月一日(土)

☆大海老の天ぷら・春菊と人参のかき揚げ

☆マグロの漬け・林檎和え

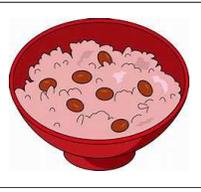
☆京芋釜・鶏味噌焼き(鰻・葱・紅葉鮎)

☆白ご飯

☆吸い物(あられ・はんぺん)

☆デザート・抹茶のムースあずき添え

どうぞお楽しみください。  
(ご予約は十一月十九日までに職員まで)



## 今月の予定



- 1日(木) 園芸クラブ「PM」
  - 4日(日) 朗読クラブ「AM」
  - 7日(水) 喫茶店「PM」
  - 9日(金) カラオケクラブ「PM」
  - 11日(日) 朗読クラブ「AM」
  - 13日(火) ダイヤモンドヘッド「PM」
  - 14日(水) 民謡クラブ「AM」
  - 16日(金) 二胡演奏会「PM」
  - 18日(日) 朗読クラブ「AM」
  - 21日(水) 手作りの会「PM」
  - 23日(金) カラオケクラブ「PM」
  - 25日(日) 朗読クラブ「AM」
  - 27日(火) 売店「PM」
- 音楽教室 「AM」  
2階エント・1階ぬくもりエント  
28日・9日・16日・23日・30日  
3階エント・1階ふれあいエント  
6日・13日・20日・27日

※都合により変更となる場合がありますので御了承下さい

### 編集後記

寒い季節に近づいてきました。バイクを外を走るとすでにコートが欠かせません。同時にインフルエンザがはやる季節になって参りました。私も子供がいるので早々に予防接種をさせています。皆様も体調を崩さないようお気をつけ下さい。また、私達も皆様の心地良い生活を支援させて頂きますので宜しくお願致します。  
介護福祉士 芹沢 賢樹