

ひろば

第300号
2022. 12. 1
横浜シルバープラザ

音楽療法

鈴の音と共にクリスマスマスが近づいてきました。コロナ禍は続いています。椅子の位置や換気など、施設スタッフの細やかな配慮のもと、安心出来るお部屋にて音楽を行わせて頂いています。演目は季節の歌から始まり、軽い運動、脳トレ、楽器演奏、ミニリクエスト大会に、最近ではクリスマスソングを練習しています。

ユニットでは、歌の大変上手な利用者様が沢山いらっしゃいます。澄んだ優しい歌声が響くと、まるで部活動のパート練習のような、とてもリハビリとは思えない空間が広がります。また、女学生のような笑顔で互いに手を取り握手を交わされていらっしゃる、そんな素敵なシーンに出会う時もあり、思わずジーンとなります。お歌を通じてご縁が広がり、益々皆様が楽しくお過ごし頂けますよう、拙いセッションではございますが、精一杯努力したいと思っています。

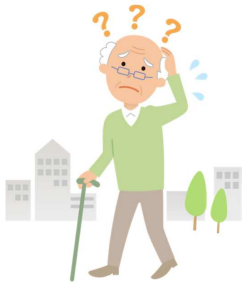
音楽療法士 鳥羽山 美和

リハビリ通信

暑い夏があつという間に過ぎ秋の涼しさをあまり感じることなく冬がやってきました。寒い冬も体調を崩すことなく運動しながら過ごしていきたいでしょう。

さて今年度のリハビリ通信では「腹圧性尿失禁」についてお伝えしてきましたが、今回からは少しテーマを変えてお話ししていきたいと思えます。みなさん「認知症」という病気がご存知ですか？高齢化が進み日本では耳にする機会もかなり増えてきていると思います。「認知症」とは今まで行っていた日常生活や社会生活が脳の障害によって持続的に低下し支障をきたすようになった状態を指します。記憶力や判断力の低下に加え、脳の画像によって診断されます。「認知症」といっても様々な種類があり、その種類によって特徴があります。今回のリハビリ通信では認知症の種類と運動との密接な関係についてお伝えしていきたいと思えます。

リハビリ 天井 祐希



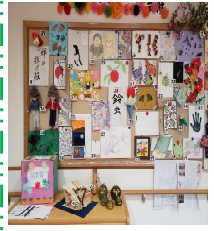
通所リハビリテーションだより

早いものでもう師走。この一年を無事に終えられることに感謝して、至らない点を反省して振り返る時期となりました。ワクチン接種をして新型コロナウイルスから少しづつ出口が見え始めた一年となり、おかげでデイケアも少しづつ活気を取り戻し、内容は検討しつつも以前のように行事を再開させることが出来ました。皆様のご協力に感謝いたします。

十一月のデイケアのテーマは、文化の秋。皆様から作品を募り作品展を開催させて頂きました。外に散歩に出て拾った落ち葉やどんぐりで、自宅から持ち込んだ割り箸や毛糸で人形や飾り物、得意の絵を描いたり俳句を作ったり、それぞれの個性と想像力と感性とであつという間にたくさん作品が出来上がりました。デイケアの壁にたくさん飾られ、とても素晴らしい作品展となりました。他にも、羊ほりに出かけた時、散歩に出かけた時、買い物に出かけた時として相変わらず賑やかな時間を過ごしました。来年も大きな年で、皆様の言葉をキャッチして誰もが通いたくなるデイケアを目指していきます！！

本年も横浜シルバープラザをご利用頂きましたありがとうございます。来年もシルバープラザで皆様をお待ちしています！！

通所担当介護主任 村瀬 奈美



支援相談室からのご案内

コロナウイルスの感染拡大に伴い、十二月一日（木）より面会方法を変更させて頂きました。

《フロアでのパネル越し面会》

ご利用者様及びご家族様共に、コロナワクチンを四回以上接種されている方は各階のフロアにてパネル越しの面会を予約制にて行います。感染拡大防止のため、引き続きご面会者はマスクを着用の上、手洗い・うがいを済ませた後、受付で検温と健康チェック表の記入をお願いいたします。

*時間：十三時半～十五時半の間

*面会時間：一家族様十分程度（日、祝祭日を除く）

*接種証明書は面会の都度ご提示下さい

《パネル越し面会》

コロナワクチンを四回以上接種されていない方はパネル越し面会を予約制で行います。

*時間：十四時、十四時十五分の二枠（日、祝祭日を除く）となります。

*予約：面会方法どちらでも前日十六時までにご連絡をお願いします。

*コロナウイルスの感染拡大状況により面会方法が変更になる事がございます。

《新年会》

一月七日（土）にシルバープラザ内で新年会を行います。ボランティアの方をお招きして獅子舞等を楽しんで頂く予定です。

※一月七日（土）の面会は中止になります。

支援相談室 三津間 成美

十二月の行事食

●十二月五日（月）～郷土料理：石川県

鶏肉の治部煮
※治部煮は、石川県を代表する煮物です。カモ肉に小麦粉をまぶし、お麩、野菜などと一緒に煮る料理です。小麦粉によって肉のうまみを閉じ込め、汁にとろみがつく為、寒い冬でも体が温まります。施設では、カモ肉の代わりに鶏肉を使用しています。

●十二月十七日（土）～選択食

- A 赤しそ香るチキン焼カツレッツ
- B 白身魚のみそマヨ焼

来月の特別食のお知らせ

〓二〇二三年一月の特別食〓
（予定日：一月十四日（土））

- ☆御飯
- ☆すまし汁
- ☆刺身盛り合わせ
- ★京風五目豆腐あんかけ
- ☆筑前煮
- ★酢の物
- ☆フルーツ

※食材の変更がある場合もありますこと、ご了承下さいませ。どうぞお戻りご利用下さい。

〓〓予約は十二月二十六日（月）までに職員までにお申し込み下さい。〓〓

管理栄養士 春田 佳代子

荒谷 支央里



今月の予定

12月のクラブは園芸（1日木曜日）、売店（27日火曜日）のみ行います。シルバーカフェ（喫茶）やその他のクラブ活動は新型コロナウイルス感染予防の為、中止とさせて頂きます。ご入居者様、ご家族様にはご不便をおかけ致します。

また、理美容は通常通り第2、第4土曜日に行う予定です。宜しくお願い致します。

音楽療法

12月の音楽療法は、月曜日、火曜日、木曜日に小集団で各ユニットリビングにて行います。時間は9時～12時です。

編集後記

十一月はサッカークラブワールドカップカタール大会が開催され、皆様も日本代表選手の活躍する姿に一喜一憂されているかと思えます。さて、今年も早いもので残り一ヶ月となりました。引き続き感染対策をしっかり行い、体調管理には十分に気を付けて残り一ヶ月を元気に締めくくりましょう！

介護福祉士 渡邊 昭之