

敬老祝賀会

九月十六日(月)敬老祝賀会当日。数か月前より準備を進めてまいりましたこの日でしたが、午前中から急な停電の影響により開催予定であった敬老祝賀会が中止となりました。様々な形でこの日を楽しみにして下さった皆様には大変申し訳なく思います。

そんな中ではありましたが、急遽、施設長始め、多くの皆様が敬老のこの日にお祝いをと各フロアにてお祝いのお言葉・記念品の贈呈をして下さいました。一階の大きな空間での敬老会が開催できませんでした。いつも皆様が生かされている、慣れ親しむこの場所です。いつも皆様とこの時間を迎えたことも、素敵な思い出の一ページになったのではないかと思います。

今年盛大に開催できなかった悔しさを胸に、来年度は皆様に喜んでもらえる一日できるよう精一杯頑張りたいと思います。

介護福祉士 牧島 智実



リハビリ通信

真夏に比べ涼しくなってきましたがまだまだ暑い日が続いているので体調に気を付けてリハビリをしていきましょう。

さて前回のリハビリ通信では摂食嚥下機能についてご説明しました。嚥下障害となる主な原因は

- ・嚥下機能低下(活動量が低下する、円背姿勢など姿勢が悪い)
- ・呼吸機能低下(深呼吸ができない、痰が出せない)
- ・口腔嚥生低下(咀嚼のための筋力低下、下の動きが

悪くなる)

肩こり、首こり(姿勢が悪い、首、肩周りの筋肉が硬いと嚥下筋が動かない)

などが挙げられます。嚥下機能低下を予防するためには簡単な運動でも十分効果があります。美味しい食事を食べていつまでも元気でいられるよう予防していきましょう。



理学療法士

鹿嶋 千穂

通所リハビリテーションだより

施設周囲の金木犀。今年もこの甘い香りが漂う時期になりました。値上がりした新米が出回り、秋刀魚は豊漁で、松茸は高くて食べられないけど、焼き芋も、栗も・・・私肥ゆる秋の到来です。食欲の秋、みなさましっかり食べて、夏の暑さにやられた体に栄養を届けましょう!!

さて先月は敬老の月。デイケアご利用者のうち八十八歳以上の方は全体の七割を超えています。四十九歳から九十七歳までの幅広い年齢の方々が通所リハビリを利用して下さっており、日頃の感謝を込めて、デイケアでも感謝状と記念品をプレゼントさせて頂きました。デイルームも敬老会仕様にしておめでたい雰囲気、皆様自らが進んでリハビリに取り組まれる姿は、何とか皆様の力になりたいと試行錯誤して体操や筋力トレーニングの勉強に励む力となります。とりあえずは元気で百まで一緒に頑張りましょう!!

通所担当介護主任 村瀬 奈美



支援相談室からのご案内

残暑厳しい中にも、ようやく朝夕には秋の訪れを感じられる季節となりました。皆様お変わりありませんでしょうか。

《横浜中華街お食事ツアー》

十一月は『横浜中華街お食事ツアー』という行事を支援相談室主催で計画しています。こちらは希望される方が対象となりますので、ご希望の場合は事前のお申し込みをお願いいたします。

※日時：令和六年十一月七日(木)
午前十時～午後三時

※場所：横浜中華街・重慶飯店新館

※費用：七千円(買い物をご希望の方は、別途お小遣いもご用意下さい)

※定員：七～八名(定員を超えた場合は抽選をさせていただきます)

※申し込み締め切り：十月二十日(日)ユニッツの職員へ希望している事をお伝え下さい。

《インフルエンザの予防接種》

ご入居の際に「健康管理費」のご希望をいただいた方は、当施設でインフルエンザの予防接種を受けていただく事ができます。十月発送の請求書に、問診票を同封いたします。接種をご希望の方は必要事項をご記入の上、受付までご提出下さい。また、ご案内を読んでいたいただき、接種費用免除の対象になる方は必要書類をご提出ください。

支援相談室 邑田 花奈子

十月の行事食

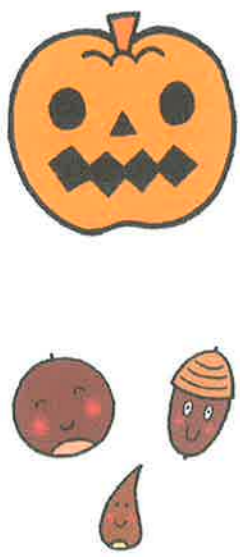
- 十月二日(水)～郷土料理：香川県
しっぽく風温麺
- 十月十七日(木)～選択食
昼食にて好きな主菜をお選びいただけます。
A 鶏肉のコチジャンマヨ焼
B 白身魚のレモンバター風味焼

来月の特別食のお知らせ

十一月の特別食
(予定日：十一月二日(土))

- ★御飯
 - ☆中華スープ
 - ★点心盛り合わせ
(エビチリ・点心・油淋鶏・牛バラ肉旨煮)
 - ☆中華碗蒸し
 - ★中華和え
 - ☆デザート
- ※食材の変更がありますことをご了承ください。
(ミキサー粥、ペースト食を含む)どうぞお楽しみください。
- (ご予約は十月二十五日(金)までに職員にお申し付けください。)

管理栄養士 春田 佳代子



今月の予定

- 3日(木) 園芸クラブ「PM」
- 10日(木) 喫茶「PM」 3階レクルーム(3階入居者対象)
- 12日(土) 理美容「終日」
- 17日(木) おやつクラブ「PM」
- 20日(日) シルバーバザー
- 22日(火) 売店「PM」
- 24日(木) 太鼓クラブ「PM」
- 26日(土) 理美容「終日」



音楽療法

10月の音楽療法は、月曜日、火曜日、木曜日に小グループ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

九月は各地で真夏日、猛暑日を観測し、季節外れの酷暑となりましたが、お彼岸を過ぎた頃から少しずつ涼しくなり、秋らしくなってきました。十月に入ると気付けば今年も残りあと三か月。これから徐々に気温も下がりますので、皆様も体調にはくれぐれもお気を付け下さい。

介護福祉士 渡邊 昭之