

節分

令和七年二月三日、三階フロアで毎年恒例となっている、「節分」の豆まき行事を行いました。赤鬼、青鬼に変身したユニークな職員の登場に、「わぁー」と、驚きや笑いで溢れました。入居者様は、紙を丸めて作成した豆を手にすると、職員の声掛けと共に「鬼は外、福は内」と、鬼に目掛けて一生懸命に豆を投げられる姿が見られました。笑いと共に盛り上がり、中には凄じい投げ球が見られ、リハビリの成果を發揮している入居者様もいました。無事に、令和七年度の節分を行うことが出来ました。これから春に向け、寒暖差の大きな陽気となりますが、体調不良や感染症に気を付けて、暖かな春をお迎えください。

介護福祉士 橋野 喜子



鬼は外！
福は内！

リハビリ通信

真冬の時期は過ぎ、日中は暖かさがみられますが、まだまだ寒い日が続きますので運動などで体を温かくしていきましょう。

さて前回までは栄養と嚥下についてお話しさせていただきました。過栄養では心臓病、脳卒中などのリスクがあり、低栄養では筋肉量の低下、骨粗鬆症から転倒や骨折のリスクがあります。またどちらも活動量の低下から過栄養、低栄養の改善が困難となる可能性もみられます。リハビリは週3回となっており、介入日以外の運動は皆様自身で行っていただく必要があります。適切な栄養を摂取することと適度な運動を行うことで健康状態を維持していきましょう。そして来年度も一緒に元気にリハビリを行いましょ。



踵、つま先を交互に挙げる

膝の曲げ伸ばしをする

理学療法士 鹿嶋 千紘

三月の行事食

- 三月十四日(金) 世界の料理：ドイツ 鶏肉のシユニツツェル
- 三月十二日(水) 選択食 昼食にてお好きな主菜をお選びいただけます。
- 魚の梅かつお焼
- 豚肉のバターポン炒め

来月の特別食のお知らせ

- 〓 四月の特別食 〓 予定日：四月五日(土)
 - ★ 御飯
 - ☆ ポターージュ
 - ★ サイコロステーキ
 - ☆ マカロニソテー
 - ★ 生野菜サラダ
 - ☆ 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) どうぞふるってご利用ください。
- (ご予約は二月二十八日(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

支援相談室からのご案内

寒さのなかにも、春の気配を感じる季節となりました。皆様いかがお過ごしでしょうか。

【差し入れについて】

食べ物の差し入れをご持参いただいた場合には、必ずユニットの職員へお声掛けをお願いいたします。差し入れは賞味期限や消費期限が記載された既製品のみ、ご飯のお供やおやつ程度でお願いいたします。またその日に食べきれない量の果物であれば差し入れ可能としていますが、食中毒予防のためご家族や職員にてカットが必要なものは不可とさせていただきます。コンビニやスーパー等で売られているカットフルーツやカットの必要のないバナナや小さなみかん等は可とさせていただきます。また、医師による制限の指示や嚥下機能的に危険と判断した場合は、ご返却させて頂く場合がございますのでご了承ください。ご不明点がございましたら、ご持参前にユニットの職員へお声掛け下さい。

【外出行事について】

支援相談室では、暖かくなる四月に外出行事の「いちご狩り」を企画しています。いちごの苗の発育状況にもよりますが、現時点では四月を予定しています。感染対策と健康状態の観察を行いつつ、外出ならでは「春を思いきり満喫」できる行事にしたいと考えています。日程や費用などの詳細が決まりましたらお知らせいたします。

支援相談室 邑田 花奈子

通所リハビリテーションだより

春の気配を感じられるこの頃。冷たい風に吹かれて外を歩くのもあと少しの辛抱です。外には土筆やフキノトウが顔を出し、梅の花からは春の香りが漂い、確実に春がやってきています。次は桜が咲くのを待ちましょう。

2月の通所リハビリテーションは、デイケアにやってきた赤鬼と青鬼の退治から始まりました。毎年「鬼に豆を投げるのはかわいそう」と心優しい皆様からの提案もあり、今年は鬼の応援付きのストラックアウトで豆まきを楽しみました。今年は心置きなく玉を投げられて、皆様のパワーで邪気を払い、福を呼び込むことが出来ました。他にも畑で採れた最後の大根やフキノトウで調理をしたり、春を探しに散歩に出たり、毎日のリハビリと1時間の体操のほかにもたつぷりと体を動かし寒い時期を何とか乗り越えられそうです。

通所担当介護主任 村瀬 奈美



今月の予定

- 6日(木) 園芸クラブ「PM」
- 8日(土) 理美容「終日」
- 18日(火) 喫茶「PM」 2階レクルーム(1、2階入居者対象)
- 20日(木) おやつクラブ「PM」
- 22日(土) 理美容「終日」
- 25日(火) 売店「PM」

日時未定 太鼓クラブ

音楽療法

3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

徐々に暖かくなり、冬も終わりを迎えるようとしています。今年の冬は昨年と比べると寒い日が多いと感じました。皆様、どのようにして冬を乗り越えてきましたか。それぞれの越冬があると思います。是非、教えて頂けたら嬉しく思います。

介護福祉士 小室 雄樹

