

ひろば

第335号

2025. 11. 1

横浜シルバープラザ

秋祭り

金木犀の香りが漂い、少しずつ寒さを感じる季節になりましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか。十月十九日(日)横浜シルバープラザにて秋祭りを開催致しました。これまで毎年八月に行っていた「納涼祭」ですが、今年は暑さや衛生面や入居者の体調を考慮し、季節を変え「秋祭り」として開催しました。当日は生憎の雨模様で、室内に会場を移し、迫力あるブラスバンドの演奏から始まりました。他にも、華やかなバリ舞踊、あおば太鼓による盆踊りで盛り上がり、誠実での阿波踊りは毎年恒例にもなり、素敵な踊りに目が離せず拍手と笑顔に包まれたひと時になりました。また、職員によるソーラン節では、大きな掛け声で会場も一つとなり入居者からも「元気をもらったよ」等のお言葉がありました。さらに、会場では、ゲームコーナーや屋台があり、屋台では唐揚げやお好み焼き、かき氷などが並び「美味しかったよ」「こいいうのもいいね」と職員も嬉しくなりました。雨で花火は延期となってしまいましたが、後日の開催を楽しみにしながら、笑顔溢れる秋の一日になったのではないのでしょうか。今後も入居者が楽しんで素敵内笑顔がみられるように努めていきたいと思ひます。当日は、お足元が悪い中、多くの方にご参加いただき、誠にありがとうございました。ご協力頂いた皆さまに心より感謝申し上げます。

介護福祉士 西山 李那

リハビリ通信

朝夕の冷え込みを感じる季節となりましたが、いかがお過ごしでしょうか。体調を崩されないよう温かくしてお過ごしください。

さて、前回のリハビリ通信では言語聴覚士のリハビリについて紹介をさせていただきました。今回は日頃、皆さまから相談が多い『声』についてお話をしようと思ひます。よく聞かれる相談としては、

- ・ 声がかすれる
- ・ 高い声 又は 低い声が出なくなった
- ・ 前よりも声が小さくなった

この三点です。このような症状は加齢に伴い声帯が細くなったり、声帯を閉じる力が衰えることにより生じやすくなります。声が出しにくいと感じると話すことをためらい、避けてしまう方がいます。これはかえって逆効果です。より声が衰えてしまひますので、そんな時こそ声を出すように心掛けてみてください。

周りの方とお喋りをする、歌を歌う、新聞や本を音読する…など、ご自分の取り入れやすい方法で構ひません。普段から声を出す機会を増やし、声の衰えを予防していきましよう。

言語聴覚士 新里 華那



通所リハビリテーションだより

冬がすぐそこに感じられる季節になりました。秋の夜長で暗くなるのも早く、仕事が終わる頃には真つ暗です。「帰ったら今日の夕飯は鍋にしよう!」これからしばらくは、夕飯が少し楽になりそうです。

さて十月のデイケア、まずは食欲の秋。バーベキューコンロで焼き芋や秋刀魚、施設で採れたカボチャを焼いて食べました。というよりも男性ご利用者に焼いてもらって職員が頂きました!昼食前に炭火で焼いた焼き芋食べて、秋刀魚を食べて、田舎から届いた新米を土鍋で炊いて、秋の味覚を満喫しました。やっぱり秋はこうでなくっちゃ。それから秋と言えば運動会。パン食い競争に玉入れ、最後の種目は世にも危険な全員リレー。闘志むき出しのご利用者はついて走る職員が追い付かない位のスピードで走ります。寒いくらいの気温となった十月でも職員は汗と冷や汗が止まりません。でも皆様の笑顔をみるために今日も汗水たらして頑張ります。

通所担当介護主任 村瀬 奈美



支援相談室からのご案内

金木犀の香りが華やぐ季節となりました。温かい日と寒い日が入り混じるこの季節、お身体にはくれぐれもお気を付けてお過ごしください。

《予防接種のご案内》

「令和七年度インフルエンザ予防接種のご案内（横浜市在住の方）」を郵送させていただきました。（十月二十八日締め切り）お申込みいただいた方の接種を十一月一日（土）～十二月二十七日（土）で予定しております。新型コロナウイルスの予防接種をご希望の方は、受付にてお声掛けください。

《感染予防のお願い》

当施設では、現在九時から十七時の間であれば、時間制限なく面会を可能としております。感染症予防の為、面会時の手洗い・消毒、健康チェックシートのご記入とマスクの着用をお願いしております。面会時はマスクを忘れずにお持ちになってご来所をお願いいたします。お子様のご面会については、しっかりとマスクが着用できる年齢のお子様は面会可能としております。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いたします。万が一ユニット内にて感染症が発生した場合には一時的に面会を中止とさせていただきます。皆様のご協力をお願いいたします。

支援相談室 邑田 花奈子

十一月の行事食

●十一月二十四日（月）～世界の料理オランダ／キベリング

＊たらのフライにマヨネーズベースのソースを付けて食べる料理です。

●十一月二十一日（金）～選択食～

昼食にてお好きな主菜をお選びいただけます。

A 豚肉と茄子のスタミナ炒め

B 鰯の梅しそパン粉焼

来月の特別食のお知らせ

～十二月の特別食～

（予定日：十二月六日（土））

★オムライス

☆ポタージュ

☆ミートローフとフライの盛合せ

★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）どうぞふってご利用ください。

（十二月のご予約は、十一月二十七日（木）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



秋祭りの様子



11月の予定

06日（木）	中華街ツアー「参加は事前に申込みされた方のみ」
08日（土）	理美容「終日」
13日（木）	園芸クラブ「午後」
18日（火）	喫茶「3階 入居者様」「午後」
20日（木）	おやつクラブ「入居希望者のみ」「午後」
22日（土）	理美容「終日」
25日（火）	売店「午後」
	※太鼓クラブ未定

音楽療法

11月の音楽療方は、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

向寒の候、寒さが日に日に増してきているこの頃、皆様いかがお過ごしでしょうか。寒くなってきた今頃、皆様はなにか日課にしていることはありますか。もしあれば、是非聞きたいものです。さて、先日は秋祭りのご参加、ありがとうございました。昨年とは違った形で開催し、いかがでしたでしょうか。ご協力頂いた全ての方々に感謝申し上げます。

介護福祉士 小室 雄樹