

やすらぎ新聞

秋号

一般社団法人 尾道市医師会
介護老人保健施設 やすらぎの家
2022年 10月 258号

朝晩が少しずつ涼しく感じられるようになりましたが、昼間はまだまだ暑い日々が続いています。気温差がある為、体調を崩さないように気を付けていきたいですね。

秋といえば皆さんは何を思い浮かべるでしょうか？秋と言えば「食欲の秋」。多くの食べ物が旬を迎えます。その中でも鱈は4～5月が旬の「初鱈」、9～11月が旬の「戻り鱈」の年に2回旬の時期があります。戻り鱈は脂が多く「脂鱈」とも言われるそうです。

鱈のたたきには100gあたり4mgの鉄分が含まれています。鉄分が不足すると貧血となり、頭痛や疲労感などを感じやすくなります。さんまの内臓にも鉄分、B12が豊富です。御利用者様の献立も秋らしいメニューになってきましたので、一緒に楽しみたいと思います。



～衣替えのお願い～



季節の変わり目を迎えています。衣類の交換をお願いします。薄手の上着は数枚残して頂き、調節のきくベスト、カーディガン等も合わせてご準備下さい。衣類の入れ替えは職員が対応致します。夏物を一度に返却する際は準備が必要となりますので、事前にお知らせ頂ければ幸いです。ご協力のほど、宜しくお願い致します。

※ 紛失予防のため、持参の衣類には記名をお願いいたします。
(名前は同姓の方もいるため、フルネームでご記入ください)



～敬老会～

今年も感染予防の為、各部署に分かれ敬老会を行いました。それぞれ工夫を凝らし、ダンスや演劇などを披露したり、くじ引きを楽しんで頂きました。利用者の皆様も楽しんでおられたようで、楽しいひと時を過ごして頂きました。



【通所リハビリ】

おみこしで景気よく始まり、ダンスも頑張りました！

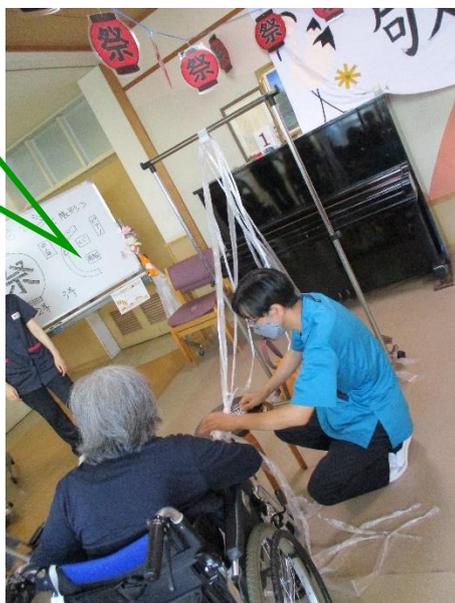


【ひかり棟】

おなじみの「劇団ミキ」の熱演。大御所歌手の熱唱にも聞き惚れました。

【のぞみ棟】

くじ引きゲーム。何が当たるかな～？



昼食は豪華なお祝膳で、皆様に喜んでいただきました。

通所リハビリ



通所リハビリでは、日々のレクリエーション以外にも、毎月行われる誕生日会や、個々に取り組んでいる作業があります。少しですが紹介したいと思います。

モグラたたき



お手製のモグラたたきゲームでモグラを成敗！！時に出てくる工事の人は叩かないでね・・・でも、「あ！間違えた！」と、悔しがる表情も素敵でした。

誕生日会(夏祭り)



「8月と言えばお祭りじゃろ」と、職員の強い要望で開催しました。出店を楽しんだ後皆様と炭坑節を踊りました。「寝てばかりもおられんな」と、喜ばれていました。

ゆびあみ



靴下から出る端切れを利用し、指で編み上げる『指編み』御利用者様とコツコツ編み上げていき、十二支を完成させました。来年の干支はどこにあるでしょうか～？



面会について

コロナ渦の影響を受け、入所の御利用者様、御家族様には直接面会が行えずに、御迷惑をおかけしています。今後の経過を予想しても、面会方法を解除することが叶いませんので、今後も御協力頂きたく、再度お知らせをします。

○面会人数：2名まで、御家族様限定で、11歳以下は御遠慮下さい。

○面会時間：10分程度。

○要事前予約：平日の9:00～17:00までに電話か窓口まで連絡をお願いします。

※土曜日・日曜日・祝日・その他（年末年始）は面会・受付は行っていません。



面会時間



1階のぞみ棟

月曜日の午後13:00から14:50まで

水曜日の午前10:00から11:50まで

金曜日の午後13:00から14:50まで



2階ひかり棟

月曜日の午前10:00から11:50まで

水曜日の午後13:00から14:50まで

金曜日の午前10:00から11:50まで



インフルエンザワクチンのお知らせ

今年の予防接種につきましては、詳細が決まり次第、施設より連絡させていただきます。ご迷惑おかけします。もうしばらくお待ちください。



編集後記

敬老の日とは「多年にわたり社会につくしてきた老人を敬愛し、長寿を祝う」日と定められています。祖父母や両親、恩師など人生の大先輩を敬い、感謝の気持ちとともに長寿のお祝いをする日です。

やすらぎの家では敬老会のお祝いをしましたが、身近な高齢者の方に感謝を伝えたいと思います。

発行：一般社団法人 尾道市医師会
介護老人保健施設 やすらぎの家
住所：〒722-0042
尾道市久保町1718(尾道ふくしむら内)
TEL：(0848)20-7150
FAX：(0848)20-7152
編集者：村上麻衣子 箱崎千秋 岡野尚美
高峰典枝 田口雅代 山本由美
山下幸 能勢友恵

監修／豊田眞子