

今年の主役は8名の皆様でした！

9月10日(日)に、「敬老祝賀会」を開催しました。今年は、8名の方が、数え年で102歳(2名)、そして88歳・米寿(6名)を迎えられました。
表彰式終了後は、8名の皆様お一人おひとりの、日常の様子を撮影したスライド写真の上映に合わせ、ご家族様からのお手紙が朗読されました。
更に、帯広大谷短期大学出身者のボランティアサークル「円(まどか)」の皆様、「川の流れるように」などの歌謡曲を中心にバンド演奏をしていただきましたが、会場は笑顔があふれ、手拍子も聞こえました。
祝賀会の結びには、入居者様を代表し、3階「ななかまど」の太田様に、万歳三唱の音頭をとっていただきました。
職員一同、入居者様の今後のご長寿とご健康をお祈りするとともに、日々、平穩で楽しい生活を送っていただけますよう、引き続き、皆様をサポートさせていただきます。



【多田施設長から表彰状と記念品を授与】



【「円」の皆様によるバンド演奏の様子】

半年ぶりに居酒屋を開店！！

9月25日(月)、「居酒屋『蓮(はす)』」を半年ぶりに開店しました。
毎年、不定期に開店していますが、入居されている皆様に大変ご好評をいただいています。
開店は、午後6時から。メニューにお酒はありませんが(ノンアルコールビールはあります。)、お通しや小鉢物などの居酒屋メニューのほか、今回は、職員が本格的に「炭火焼き」に挑戦し、「焼き鳥」や「つくね」、「ししゃも」を提供させていただきました。
皆様、夕食を済ませてからのご来店でしたが、たくさん食べながら、他のユニットの入居者様や職員とも笑顔でお話される様子もあり、店内は、賑やかな笑い声で包まれました。



今年もやってきました！

9月5日(火)、ミルキークラウン(札幌中央店)様にお越しいただき、昨年に続き、2度目のアイスの移動販売が行われました。
当日は、朝から晴天に恵まれて最高気温は29度まで上がり、絶好の「アイス日和」となりました。
入居者様をはじめ、通所(デイ)サービスのご利用者様やご家族様など、約100名程の方々がご購入されましたが、入居者様から「とても冷たくておいしい」などの声を聞くことができました。
また来年も、おいしいアイスを食べさせていただき、笑顔になっていただけるよう、企画してまいります。



医務室から



免疫力強化のススメ

だんだんと気温も下がり、特に朝晩が冷え込んできましたね。
今年は、「冬」が早くやってくるとの予報が出ています。体調を崩されることのないように、日々の生活の中で、ほんの少しですが注意していただきたいと思い、「免疫力」についてまとめてみました。
体調を崩さないためには、「免疫力」を上げることが大切だと言われています。
そのためには、①栄養、②睡眠、③休息がきちんととれることが必要です。
① 栄養は、バランスのとれた適量の食事を摂ること。
② 睡眠は、午後10時から午前2時位にぐっすり眠れること(美容にも良いとされています。)
③ 休息は、「ほっ」とできる時間を作るようにすること(心が癒され、そのことが免疫力を上げることにつながるとされています。)

私達は、入居者様の日々過ごされる時間が、少しでも、「ほっ」としていただけるように、これからも努めてまいります。



機能訓練指導員から



脳の活性化にも役立つ 《手・指の運動～指回し》

脳の働きと指は強く連動しています。指の体操をすることは、脳の体操をすることにもなります。
〈方法〉
両手の指先を合わせ、指を丸くします。
他の指は合わせたまま、親指だけを離してぐるぐる回しますが、なるべく指が互いに触れ合わないにします。
再び全ての指を合わせてから、人差し指だけ離してぐるぐる回します。順番に、中指、薬指、小指も行います。
〈上級〉
※ 慣れたら、スピードを速くしたり、反対に回したりしてみましょう。
※ 中指と薬指は難しいですが、挑戦してみましょう。
※ 麻痺がある方は、動く方の指で動かない方を回します。



空洞をくずさないよう固定しながら左右一本ずつの指を回します



管理栄養士から

献立紹介 祝 敬老祝賀会(9月)



- ・赤飯 ・茶碗蒸し
- ・天ぷら(えび・長芋・なす)
- ・炊き合わせ
- ・鮭の幽庵焼き・胡麻和え
- ・千種焼き ・梨

月1回、全国のご当地メニューを提供しています。

7月「鶏飯・チャンプルー・昆布イリチー」奄美大島・沖縄
8月「冷たいラーメン・山形だし豆腐」山形
9月「釜飯風井・枝豆のおろし酢・梨」群馬



釜飯風井



セタゼリー



栗の和風パフェ

※O-157(腸管出血性大腸菌)

牛などの家畜の腸管内に存在し、人ではわずかな菌量で発症します。感染を予防するには、
① 十分に「加熱」する。
② 肥料で汚染されている可能性があるため、野菜などもしっかり「洗浄」する。
③ 洗浄剤を使って丁寧に「手洗い」する。が基本です。

口腔ケアの施設内研修

9月26日(火)、1階デイルームにて、つがやす歯科医院の梅安秀樹院長と、同歯科医院「プレnte」1階の口腔ケアステーション「おはな」から、口腔機能向上支援 歯科衛生士の長谷川治子さんと茂木克子さんにご協力いただき、当施設内の勉強会を開催しました。
当日は、口腔ケアの基礎知識を学んだほか、職員がペアとなり、口腔ケア用品の使用法や、実際にケアを行う際に、口の中にケア用品や指を入れることに対してのストレスを感じさせない方法を学ぶことができました。
基本を忘れずに、ご利用者様の口腔内を清潔に保ち、気持ちよく過ごしていただけるよう、日々のケアを行ってまいります。

【口腔ケアの実技講習】→



←【梅安院長による講義】

はなみずき・もくれん

8月外出行事(ウエスタン)

8月28日(月)、「ウエスタン」に行ってきました。
肉やお寿司、デザートなど
沢山召し上がられ、とても喜ばれていました。



9月外出行事(六花亭)

9月26日(火)、「六花亭」に行ってきました。
皆様、甘い物に目がない方ばかりで、とても好評でした。



甘い物、大好きです!

今月の新聞担当:杉井



何から食べようかな?



ななかまど・きたこぶし

納涼会(流しそうめん)

8月31日(木)、「流しそうめん」を行いました。
どんどん流れてくるから、箸が止まりませ〜ん! 楽しくて、美味しかったです〜☆



とってもおいしいわ!

個別外出(ウエスタン)



おなかいっぱい!



9月21日(木)、個別外出で「ウエスタン」に行ってきました。
肉、お寿司、麺類、惣菜、サラダ、果物、ケーキなど、何から食べようか迷ってしまう(*^_^*)のでした。

今月の新聞担当:大丘、松田

やまぐわ・すずかけのき



9月10日(日)



孫と食べると
美味しいな〜。



ハイポーズ!



9月27日(水)、ファッション市場サンキへ買い物!そして、ミスドでティータイム♡

今月の新聞担当:加藤、佐藤



9月26日(火)、帯広動物園へ行ってきました!

やまもみじ・まるにえ

敬老祝賀会



お洒落なカフェはいいね。

8月30日(水)「LOWcafe」にて

9月28日(木)
スイートピアガーデンにて

おいしいお菓子を食べてきました!



9月10日(日)、ロータス音更の敬老祝賀会で、「やまもみじ・まるにえ」ユニットからは、宮崎様(102歳)と宮尾様(88歳)のお二人が受賞されました。(写真は、宮崎様とご家族様。)

今月の新聞担当:岩元、堀