

そのだ老健 通所り八だより

第6号

クローバー

発行日：2009.3.1

発行元：そのだ介護老人保健施設

住所：尼崎市東園田町2丁目48-8

TEL:(06)6491-3911

FAX:(06)6491-4566

新年会

今年初めて入所の利用者様と一緒に新年会を行いました！メニューのサンドウィッチとおにぎりは入所の職員が、手作りしました。その他にもローストチキンにスパゲティ・ポテトフライ・ポテトサラダ・なま酢・味噌汁・コーンクリームスープに飲み物もビールにジュースと盛りだくさんでした！

皆様たくさんのメニューに歓声をあげられ、お腹いっぱい召し上がっていらっしやいました！また職員も一緒に頂き、ゆっくりお話をすることが出来ました！！

初めての試みで心配な点多々ありましたが、また新しい行事がひとつ加わり「今年も一年健康で過ごした同じ顔ぶれで新年を迎えましょう！」と誓い合い無事に終わることが出来ました！！

またこれからも入所の皆様と交流できる行事を増やし、皆様に喜んで頂けるように企画していきたいと思っております！



初詣

1月2日に船詰神社に初詣に行ってきました。天気も良く暖かい日でお払いをしてもらい、お神酒を頂きました。

みなさん手を合わせ今年1年のお願いを熱心にされていました。職員も皆様の健康と安全をお願いしました。



餅つき大会

皆様餅つきに合わせて“ヨイショ～！ドッコイショ～！”と元気な大声が2階に響き渡り、餅つきの開始です！

利用者様も何人か参加され職員よりも上手に餅をつかれていました！！さすがです！！

ついた餅は皆で丸め、ぜんざいで頂きました！皆様「おいしい～」と笑顔でペロリ！！



祝 100歳



○ 元気で100歳を迎えられたのは、デイケアで運動など行っているからだと思えます！

長生の秘訣は、「何事もくよくよ悩まず、のんびりと過ごすこと！」だそうです！！
「これからもデイケアに通い楽しく過ごしたい！」とおっしゃられています！！

* 山田様 *

明治42年生まれ

おめでとう ございます！！

午後からの選択メニュー

* ちぎり絵

“モーツ モオー”

1ヶ月かけて取り組んだ、今年の干支の牛が完成で～す！！
出来上がりを見て皆様大満足の様子でしたよ～！！



2月の作品 鬼の面・雛人形



栄養教室



手作りおやつ だら焼き

今回は、ホットプレートを使ってだら焼きの生地を焼き、その生地の中にあんこをはさんでだら焼きを作りました。皆様協力して材料を混ぜたり焼いたりひっくり返したりして上手に出来上がりました。



嚥下教室



○2月の栄養教室は『血液の働きと食べもの』でした。

皆様が元気に生きていられるのは、からだの中にある血液がたいせつな働きをしてくれているから・・・というお話をしました。血液をつくるためには豚肉やレバー、ほうれん草などに含まれている鉄が必要で、からだを動かすことも必要でしたね。ほとんどの方が出席して下さいました。

~ 3月の予定 ~

・ **栄養教室** 3月18日(水) 14時~

『骨と食べ物について』

人のからだも、骨が丈夫でないと健康になれません。今回は、骨を丈夫にするにはどうしたらよいかお話しします。

・ **料理教室** 第4週目 14時~

『桜餅』

皆様の大好きなあんこのおやつです。お楽しみに・・・。

2月の嚥下教室は、『口腔疾患の予防』でした。

皆様をご自分で出来る予防法をお話しさせて頂きました。多数のご参加、有難うございました。是非、ご自宅でも食前に嚥下体操、食後に口腔清掃を行なってみてください。

きっと、お食事が美味しくなると思います

*嚥下教室 言語聴覚士 ST

『口腔機能の向上について』

日時：3月7日 14:00~14:30

今までは、ご自分で出来る口腔ケアをお話しましたが、今回は、STが当施設で行っている口腔ケアを紹介いたします

皆様のご参加、お待ちしております

Pちゃんのひとり言~

人の膝というものは、時には体重の2倍もの重さがかかる関節です。それが何十年もの間に段々痛んでいきます。膝が痛い時は無理してはいけません、お風呂の中で膝を動かすなど無理のないよう運動をしましょう!! 痛いとは動かさなければ、余計弱まるので気をつけましょう



『桜の貼り絵』
皆様協同で作成し
ます！！

3月の予定表

『折り紙教室』
桜の器を作ります！
かわいい形に、きつ
と感動しますよ！



平成21年 3 月予定表

そのだ介護老人保健施設 通所リハビリテーション

	日	月	火	水	木	金	土
				予防教室			予防教室
日付	1	2	3	4	5	6	7
レクリエーション 教室・クラブ		雛祭りジャンケンゲーム プレート作り	雛祭りジャンケンゲーム 折り紙教室	雛祭りジャンケンゲーム	雛祭りジャンケンゲーム	雛祭りジャンケンゲーム	雛祭りジャンケンゲーム 嚙下教室
お知らせ		上肢筋力強化月 間					口腔機能向上について
日付	8	9	10	11	12	13	14
レクリエーション 教室・クラブ		ゆらゆらゲーム さくら貼り絵	ゆらゆらゲーム 習字	ゆらゆらゲーム	ゆらゆらゲーム キネマクラブ	ゆらゆらゲーム	ゆらゆらゲーム
お知らせ	お休み				「つりバカ日誌」		
日付	15	16	17	18	19	20(祝)	21
レクリエーション 教室・クラブ		ペーパーボール投げ さくら貼り絵	ペーパーボール投げ 折り紙教室	ペーパーボール投げ 栄養教室	ペーパーボール投げ	ペーパーボール投げ 習字	ペーパーボール投げ
お知らせ	お休み			「骨と食べ物に ついて」			
日付	22	23	24	25	26	27	28
レクリエーション 教室・クラブ		お誕生日会 料理教室	お誕生日会 お花くらぶ	お誕生日会 折り紙	お誕生日会	お誕生日会	お誕生日会
お知らせ	お休み	「桜餅作り」		「桜の器」			
日付	29	30	31				
レクリエーション 教室・クラブ		大玉落とし	大玉落とし				
お知らせ	お休み						

『手作りおやつ』

毎年恒例の桜餅を作ります！
とってもおいしいですよ～！

少しずつ春めいてまいりました。
4月よりお花見など外出を予定
していま～す！！
お楽しみに～！！

『くもん学習療法』

月から土曜日の午後1時より
おこなっています！
いつでも見学OKです！！

『ボランティア募集』

歌・踊り・話し相手その他なんでも募
集しております！！
いつでもお待ちしております！
担当 岩田

ホームページのご案内

アドレス <http://www.sonodamedic.or.jp>

「園田病院」でも検索できますよ！！

