12 YEAR 2024

そのだクローバー

～そのだ介護老人保健施設 通所リハビリテーション～

壁にかけたカレンダーもいよいよ最後の一枚を残すのみとなりました。
12月は、「クリスマス会」「手作りケーキ」などイベントが盛り沢山の楽しい月です。
今年もデイケアをご利用いただきありがとうございました。令和6年最後のそのだクローバーをお楽しみください♪♪

手芸倶楽部

ぶらり デイ散歩

理学療法士からのワンポイントアドバイス

転倒を予防しましょう！

寒くなってくると、筋肉がこわばって転倒しやすくなります。
実は、高齢者の転倒事故は自宅の中が一番多いです。

皆さんも家の中の環境を見直してみてください。

問題があれば出来るだけ環境を整え、危険な場所は注意して動くようにしましょう。

❶コードの配線は歩く動線を避ける。壁をはわせるか、部屋の奥にまとめる❷引っ掛かりやすいカーペットやこたつ布団は使用しない。めくれやすいカーペットの縁は目立つテープを貼って固定する❸❹床に物を置かない❹1～2cmの段差はつまずきやすいので、スロープを付けるか、目立たせて視認性を高める❺手すりを付ける❼転倒の原因になる滑りやすい靴下やスリッパは使用しない❽足元がよく見えるよう照明を明るくする❾階段にすべり止めを付ける・視認性を高める

お食事　11月21日（木）

- 栗ご飯
- 赤魚の南部焼き
- うぐいす豆
- 炊き合わせ
- みそ汁（白菜）
- 洋梨

《 紅葉御膳 》

秋の味覚「栗ご飯」をメインに提供しました。栗や洋梨など食材の味わいを楽しみつつ、色合いや香りも楽しめる紅葉御膳となりました。

【 年末年始のお知らせ 】

・営業のご案内

１２月３０日（月）　通常営業
１２月３１日（火）～1月２日（木）　休み
　1月　３日（金）　通常営業

・行事食

　1月１１日（土）　郷土料理（青森）

・おひさまカフェ

１２月２７日（金）13：30 ～ 15：00

★ 学習療法 ★

- 表情がよくなる
- よく笑い、よくしゃべるようになる
- やる気、意欲が出て自信が生まれてきます！

当施設は
学習療法モデル施設として
認知症の予防、維持改善に
取り組んでいます。

学習療法申込受付中！！
（誰でも参加可能）

そのだ老健サイト

お問合わせ　〒661-0953 尼崎市東園田町2丁目48-8
医療法人旭会 そのだ介護老人保健施設
☎ 06-6491-3911