

悠遊苑だより



第278号 令和6年10月
医療法人立川メディカルセンター
介護老人保健施設 悠遊苑
施設長 立川 浩



10月：とっても可愛らしい『フクロウのストラップ』ができました。今にも「ホ～！ホ～ッ！」と鳴き声が聞こえてきそうです。様々な柄の布を用い、目や鼻の位置もそれぞれ違いがあり、個性豊かに仕上がりました。悠遊苑では余暇時間を用いて、個人でも集団でも様々な作品を作製して頂いています。

作製：3 階入所者さま

悠遊苑 9月の行事

2F 9月4日(水)に敬寿会を行いました。白寿と米寿の方をみんなでお祝いしました。

対象の皆さんはメイクとお祝いの品、温かい拍手に喜ばれていました。

今年100歳を迎えられた方を、長岡市役所長寿はつらつ課の職員さんが表敬訪問され、お祝い状と記念品を贈呈されました。



3F 9月のレクレーションは敬老会を行いました。米寿、卒寿、喜寿の方達を表彰し、ノンアルコールドリンクで乾杯を行いました。皆さん大変喜んでいました。「おめでとう」と声をかけ合い涙ぐんでいました。



今月の行事

10/19午後～10/21 苑1階相談室で作品展示会

2F 「秋の吊るし飾りづくり」

3F 10/9(水) 14:30～

お楽しみ会

ご家族の皆さんへ

この度は、当苑における新型コロナウイルス感染症の流行におきましては、大変ご心配とご迷惑をおかけしました。面会再開となり、皆さんの嬉しそうな笑顔があちらこちらでみられるようになりました。面会につきましては、引き続き感染予防に努めながら行いますが、状況に応じて制限させていただくことがありますので、ご理解・ご協力の程よろしくお願いいたします。

利用者の方より

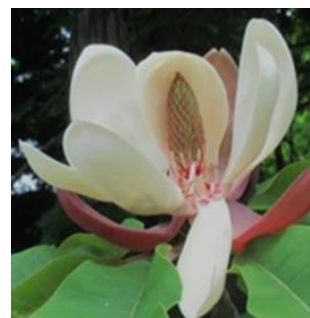
魚沼通信 Vol.112 細井 昭 様 #ほおのき

10月ほおのき

葉は日本産樹木最大級で30~40cmにも及びます。殺菌作用が強く、昔から食べ物を盛るのに利用されて来ました。

ほおほみそ ほうぼすし
朴葉味噌や朴葉寿司といった郷土料理が知られています。

20cmの白い大きな花は芳香を放ちます。木材は軟質で加工しやすく、下駄・製図版・ピアノの鍵盤に使われてきました。



栄養科だよ!



10月のイベント
10月8日(火)
10月のお楽しみ献立
10月23日(水)
秋のイベント献立

夏の暑さもようやく落ち着き、色鮮やかな秋桜が咲きほこる心地よい季節となりました。

秋から初冬にかけて、適度な降雨がある新潟県特有の気象条件を生かして栽培される新潟の”ねぎ”は甘みとやわらかさが特徴です。体を温め血行をよくし発汗を促す作用や、香りには鎮静作用があります。様々な調理法で甘みの増してくるねぎを味わい寒暖差の大きいこの時期を元気に過ごしていきましょう。



《ご紹介》



【中華ランチ普通食】

9月27日(金) 9月のお楽しみ献立を提供いたしました。

- ・海鮮炒飯
- ・蟹と卵の中華スープ
- ・黒酢豚
- ・搾菜の中華和え
- ・フルーツ杏仁

栄養科特製の本格的な中華ランチは利用者の皆様に大変好評でした。今月もイベント献立の提供を予定しております。楽しみにお待ちしております。



【中華ランチムース食】



通所リハビリテーション

9月の月間行事

4月～8月の間、曜日対抗戦でゲームを行ってきました。

優勝は水曜日チームのみなさんでした。おめでとうございます。

お祝いとして昼食時には乾杯をし、お菓子のつかみ取りゲームで楽しんで

いただきました。次回みなさん優勝目指して頑張ってください。



たくさんのスクラッチ
アートが完成しました



今月の悠遊画廊

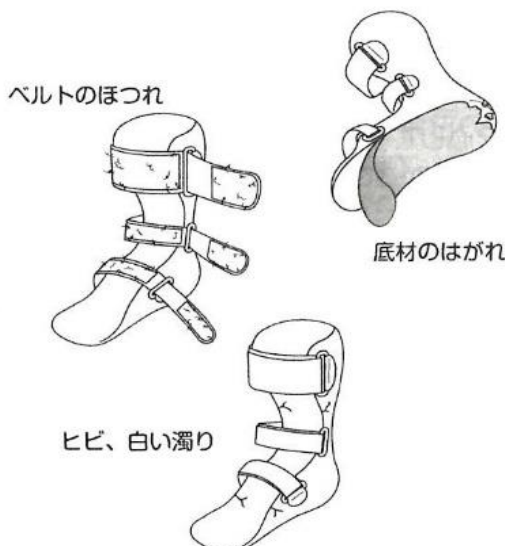
リハビリ☆コラム No.137

脳卒中片麻痺の足装具 ～装具が破損してしまったら～

装具の耐用年数

装具には耐用年数が決まっています。一般的な目安のため、耐用年数以内であっても使い方・使用頻度によっては壊れる可能性があります。

プラスチック製短下肢装具 1年6ヶ月
金属支柱付き短下肢装具 3年



*点検ポイント

- ベルトの付き具合は弱くないか？ほつれはないか
- 装具の底がはがれたり、めくれあがったりしていないか
- かかと部分にゴミがたまっていないか
- プラスチックがよくたわむ部分に「白い線」や「白色の濁り」がないか
- ヒビがはいっていないか

こんな時は修理が必要です

上の図のような状態や、前回紹介したように装具が足に合わなくなった場合、修理や作り替えが必要です。

作り替える場合、耐用年数を過ぎていると公的保険の適応となります。

装具作成業者（わからない場合はケアマネジャー等）に相談して下さい。

新しく装具を作成した際は、**いつ・どこの業者**で作成したかをメモしておく、不具合が生じた際にスムーズです。

体にあった適切な装具を使用することは、転倒予防や安定した歩行を行う為にとっても大切です。使う前に必ず装具の状態をチェックしましょう！

今回は「 睡眠障害について 」です。