

介護老人保健施設 せいふう若葉だより

〒666-0236 兵庫県川辺郡猪名川町柏梨田イハノ谷250番地

TEL 072-766-7410 FAX 072-766-7411



令和5年
4月発行
第54号

寒かった冬が過ぎ、つくしや、フキノトウを見ると春が来たことを実感させられるようになってきました。まだまだ朝・晩は冷え込みますので風邪等ひかれなないようにして下さい。

入 所

3月のお誕生日月は4名のご入所者様でした。
お誕生日おめでとうございます！！



いつまでもお元気でお過ごしください。 (*^-^*)

HAPPY BIRTHDAY HAPPY BIRTHDAY

レクリエーション活動のご様子



◆ガラス越し面会のお知らせ

新型コロナウイルス感染対策の為、直接対面の面会や施設内立ち入り制限は引き続き継続させて頂いています。時間は1回10分間の完全予約制で、月曜日～金曜日（祝日除く）の①15：15～②15：30～の2回で実施しております。面会者人数は1回3名様まで、ご家族・ご親族のみでお願い致します。

※ご予約は月曜日～金曜日（祝日除く）の14時～16時の間でお電話にて承っています。TEL 072-766-7410

詳しくはせいふう若葉のホームページの面会のお知らせをご覧ください。

◆ご協力をお願い

入所者さまへのお荷物の預かりや、お洗濯物の受け渡しは1階受付前に対応させて頂きます。

受け渡しの際、検温と体調確認表のご記入をお願い致します。

配膳やお食事の介助等の都合上、申し訳ございませんが洗濯物の受け渡しは下記の時間内でお願いいたします。

ご理解とご協力の程、引き続きお願い致します。

受付時間：午前9：00～11：30

午後13：00～17：30

5月の予定

訪問歯科・・・未定

訪問理美容・・・ 17日

ご希望ありましたらお電話でお知らせください。

4月 デイケア

桜と菜の花制作中☆

春ですね～散歩日和♪



指先を使って…これもリハビリです！



カレンダーを作って予定を確認します☆



ゲームも真剣にたのしんでいますよ！！



☆若葉フィットネス☆
フロア内のレイアウトを少し変更しました！気軽にリハビリに取り組んでいただけるよう、お隣の人に負けないよう（笑）楽しく運動していきましょう♪



リハビリ通信

アブダクション編

今月はアブダクションマシンについてご案内致します！

どんなマシンなの？



バランスを崩さずに歩く事が出来る筋力を鍛えるマシンです！



関節痛があるけど大丈夫？



負荷をコントロールすれば安全に使用できますよ！



やってみようかしら？



お体に合うかどうか見せて頂きますので、興味のある方は担当者にお声かけ下さい！



正しい使い方



吐きながら…

①息を吐きながら両足を広げます。



吸いながら…

②息を吸いながらゆっくりと戻します。

コラム

アブダクションマシンは効率的に、中・小臀筋（おしり）の筋力を鍛えることが出来ます。

中・小殿筋の作用は身体のバランスを取る働きを担っており、身体の重心を片方に安定して乗せることが出来るようになります。片足にしっかりと重心が乗せられるようになると、反対側の足を上げることができるようになりますので、つまづきにくくなります。

皆さん、転倒予防に始めてみませんか？





せいふう若葉

給食だより



2023年4月 第17号

*せいふう若葉のお食事紹介「ムース食の提供をはじめました」

せいふう若葉では、4月より「ムース食」の提供を開始しました。ムース食は、嚥下調整食分類のコード3相当として提供しています。

これまで、食材をミキサーにかけ、再形成した「ソフト食」という嚥下調整食を提供していましたが、見た目は綺麗でも味があまり良くないという課題がありました。

ムース食は、既製品の肉や魚、野菜などの素材に、その日のメニューと同じ味付けのソースをかけて提供しています。既製品の素材を使用するため、調理工程での栄養損失がなく、ソースで味のバリエーションを増やせるため、美味しく飽きにくいお食事の提供が可能です。



写真は、魚のムース素材に、さばのみりん焼きをソースとしてかけたもの、ひじき煮のムース素材にひじきの煮物をソースとしてかけたもの、野菜の素材に白菜の和え物をソースとしてかけたものの3品です。

*4月の行事食などの予定

4月8日

さくらもち
(おやつ)

4月26日

誕生日会
誕生日ケーキ
(おやつ)

月末には、翌月の献立表をお渡しできます。
ご希望の方は、スタッフまでお申し付けください。