

# 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  
TEL072-766-7410 FAX 072-766-7411



令和5年  
7月発行  
第57号

梅雨明けも間近になりましたが、皆様お元気にお過ごしでしょうか。  
日照時間が少なくなり、湿度も高くなるこの時期は、おのずと活動量が減り、気分もふさがちになってしまいますね(>\_<)  
しかし、入所中の方は高齢者体操の曲が始まると多くの方がホールに出てこられて楽しそうに体操を始められています。気持ちが明るくなるように皆様と一緒に体操をしてしっかりリフレッシュして頂きました。(\*´▽`\*)

## 入所

よいしょっこらしょっ(\*。~\*)



しっかり伸ばさないとあかんなあ



こんにちは〜(^♪



欲しい人いる？



みなさまどうぞっ！



まだはじまらないのかなあ〜



# 牛乳パック積み木の様子

つかれたー(+\_+)

ピース(^)/



たくさん積んだよ～  
(笑)



集中(-"-)



## ガラス越し面会→直接対面面会への変更のお知らせ

新型コロナウイルス感染対策のため、ガラス越し面会を行っていましたが、感染症分類5類になったことにより、1階の相談室にて直接対面面会が可能になりました。

日程 月曜日～金曜日(祝日除く)  
時間 10分間/回の完全予約制

- ①15:15～15:25
- ②15:30～15:40
- ③15:45～15:55

面会人数 最大3人まで(ご家族・ご親族のみ)

回数制限 1～2回/月まで

予約方法 月曜日～金曜日(祝日除く)の14:00～16:00

電話予約のみ TEL 072-766-7410

連絡日の翌週分でご予約が可能です。(土、日、祝、12/30～1/3は不可)

### 入所者様への洗濯物(荷物)の受け渡しについて

①平日9:00～17:00まで

入所者様への洗濯物(荷物)の受け渡しは1階受付前で対応させて頂いています。

受け渡しの際は事務窓口へ声を掛けてください。面会簿(検温・体調含む)への記録もお願いします。

受付時間 午前 9:00～11:30(昼食11:30～13:00)

午後13:00～17:30(17:30以降受け渡し終了)

(お願い)17:00以降は食事準備がある為、17:00までに持ってきていただければ大変助かります。

②土日祝および平日の17:00以降は事務所は、不在のため

入所者様への洗濯物(荷物)の受け渡しは1階受付前対応ですが、入口自動ドアがしまっている為

玄関外インターホンを押してください。ドアを開けますので面会簿に記入してお待ちください。

また、洗濯物持参までに時間がかかることがありますのでご了承ください。

③入浴日は療養2F(月・木)療養3F(火・金)で入浴の準備を前日14:00に確認しております。

不足がある時は電話連絡させていただきますのでよろしく申し上げます。

入浴セット内訳(衣類セット+バスタオル2枚+フェイスタオル1枚)

7月	訪問歯科	5日	19日
	訪問理美容		19日

定期散髪(2・3か月に1回家族様連絡無し)もありますので宜しくお願いします。

詳しくはせいふう若葉  
Instagram

ホームページの面会のお知らせをご覧ください。



# デイケア



☆運動リハ以外にも生活リハも楽しんでいます☆

## ★ジャガイモ堀り★



## 自家製の茄子で浅漬け作り！



みんなで美味しくいただきました☆



完成！！



# リハビリ



リハビリの様子を写真でお伝えします



頑張って移りましょう！



指先使うの難しいなあ

何の野菜かな？

フラフラして  
大変やね



歩くの頑張る



階段上がりやすくなっ  
たよ！

姿勢伸ばして！





せいふう若葉

# 給食だより



2023年7月 第19号

## \* 熱中症予防によい「飲み物」と「飲み方」は？

熱中症を予防するには「水分補給」が大切とはよく知られていますよね。しかし、水分補給＝液体であればOK！というわけではありません。アルコールやコーヒーは利尿作用があるため体の水分を奪ってしまったり、糖分の多いジュースを飲み続けると病気の原因を作る可能性があったりします。

水分補給用の飲み物には、水か麦茶がおすすめです。飲み方としては、体の中から水分が失われる前、つまり「のどが乾いたな…」と感じる前に飲んでおくの良いですよ。トイレに行く回数に不安がある人は、一度にコップ1杯飲むのではなく、時間をかけて数口ずつ飲むようにしましょう。

たくさん汗をかいた後ように、体の中のミネラルが失われているときは、スポーツドリンクで水分とミネラルを補給しましょう。スポーツドリンクは日常の水分補給用として飲みすぎると、糖分の摂りすぎになる可能性があるため、汗をかいたとき用とするのがおすすめです。

薬局などで販売されている経口補水液（OS-1）は、脱水症の食事療法に用いる飲み物で、「病者用食品」です。普段の水分補給には適しておらず、たくさんの塩分が含まれています。薬局で購入される際は、薬剤師や管理栄養士、登録販売者などに飲み方を聞いておいたり、かかりつけの医師や看護師などに相談したりしておきましょう。



## \* 7月の行事食などの予定

7月7日

七夕

七夕そうめん

(昼食)

7月28日

土用の丑

うな井

(昼食)

7月26日

お誕生日会

ケーキ

(おやつ)

土用の丑の日は7/30（日）ですが、7/28（金）にうな井を提供させていただきます。

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。