

# 老人保健施設 せいふう若葉だより



令和5年  
10月発行  
第60号

〒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

朝晩が涼しく過ごしやすい季節になってきました。鈴虫の鳴く声が聴こえると、もう秋だなあっと実感させられてしまいます。秋と言えば食欲の秋、読書の秋、紅葉の秋、スポーツの秋、芸術の秋... 沢山ありますね(\*^\_^)

## 入所

敬老会とお誕生日会を並行して  
行いました。その時のご様子をご覧ください。



# レクリエーション活動の様子

コスモスの花びらを一緒に作成しました。



## 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お願い致します。

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)

**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。**

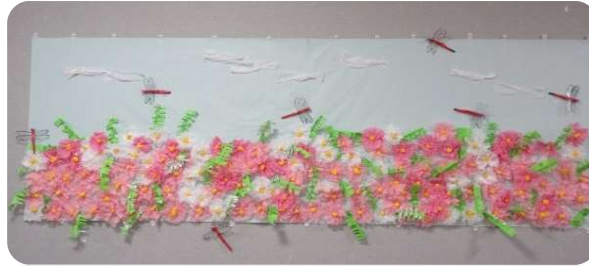
11月	訪問歯科	1日	15日	29日
	訪問理美容	15日		

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致します。



# デイケア

## 『秋の壁面制作』



お花紙、折り紙を使ってコスモスと雲を作っていただきました。お花紙をジャバラ折にしたり、折り紙を折ってハサミで切り込みを入れたり…スタッフより器用です！



### 今月はリハビリについて紹介します 現在せいふう若葉には3種類のリハビリスタッフがいます

#### ☆理学療法士

立ったり、歩いたりといった基本的な動作に詳しいです。



#### ☆作業療法士

手のことや、トイレなどの日常の動作、精神的な面に詳しいです。



#### ☆言語聴覚士

食べる能力や、話す能力、認知機能に詳しいです。



それぞれの専門分野はありますが、各職種間で相談しあっており、**一人一人の利用者さまに適したリハビリ**が行えるようにしております！



せいふう若葉

# 給食だより

2023年 10月 第 22号

## \* 「バランスよい食事」をするための工夫とは？

「バランスよく食事をしましょう」といわれても、何をどう食べたらいいか具体的には分からない…。そんなときは、**食事に「主食、主菜、副菜」が1つずつ揃っているか、間食で「その他」を摂れているか**を基準に考えてみましょう！特に買ってきたものを食べる「中食」の習慣がある人は、これを基準に

- 主 食** ごはん・パン・麺類など「炭水化物源」
- 主 菜** 肉・魚・たまご・豆腐など「たんぱく質源」
- 副 菜** サラダ・和え物・煮物などで野菜類汁物でも野菜が多ければOK！
- そ の 他** 果物・乳製品など  
食事だけで不足するビタミン・ミネラル補給

お買い物をしてくださいね。「今日はお惣菜コーナーでお寿司を買ったから、主食と主菜は揃うな…あとは野菜がとれるものを1品買おう！」と考えてみてください。文章で読むと簡単に思うかもしれませんが、好きなものや食べたいものを基準に選んでいると、意外と実践できていない人も多いのではないのでしょうか。

乳製品や果物は、食事に取り入れて選択することが難しいと思います。朝に牛乳を飲んだり、おやつにヨーグルトや果物を食べたりして、調整してみてくださいね。

食事バランスガイドや野菜1日350g…などは、この次のステップとして意識していきましょう！



## \* 10月の行事食などの予定

**10月25日**  
誕生日ケーキ  
(おやつ)

**10月31日**  
ハロウィンデザート  
(おやつ)



12月まで、カレンダー通りでは行事食が少ない時期になりました…11月は、デイケア・療養ともにイベントを計画しているので、お楽しみに…(^^)

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。