

ひろば

第228号
2016. 12. 1
横浜シルバープラザ

ふれあいフェスタ

十月二十九日(土)すずき野中学校にて恒例の『ふれあいフェスティバル』が開催され、今年も横浜シルバープラザ、参加して参りました！当施設の音楽教室にご参加頂いているご利用者様を中心に『赤とんぼ』と『今日の日はさようなら』の2曲を心を込めて歌いました。音楽的で美しい合唱を目指して、強弱のつけ方や感情の入れ方、楽器を使用したリズムの練習、歌詞を少しずつ隠して覚える等、三塚音楽療法士の指導のもと、毎週細かなところまで練習を重ね、本番に向けて頑張ってきました。

本番では大きな拍手で迎えて頂き、今までの練習の成果を全て出し切ることができました。「人前に出て発表するなんて、学生の時から！緊張しただけ楽しかったわ〜！」と発表後は自信と達成感に満ち溢れた、すがすがしい笑顔を見せてくださいました。

帰る前には炊き出しの豚汁を皆で頂き、至福の時間を過ごしました。頑張った後の豚汁の美味いこと！これまで行った来た、音楽を取り入れた呼吸法や体操、脳トレーニング、楽器の演奏等も皆様に日に日に上達し、心身の健康の維持・向上、日常生活の活性化に繋がっております。

一つの目標に向けて、皆で力を合わせてハーモニーを作りあげていく、心に残る素晴らしい発表会になりました。

介護福祉士 和田 美保

デイケア

あっという間に今年ももうこんな時期。周囲ではクリスマスやおせち料理の広告が並び、何かとあわただしくなってきました。今年もあとわずか・・・この一年も大きな事故なく皆様と共に過ごせたことを嬉しく思います。職員一同、厚く御礼申し上げます。

十一月の通所リハビリでは、まだまだつづく秋の味覚 大根や南京豆にみかんの収穫をしたり、クリスマスオナメント作りをしたりして、相変わらず忙しく過ぎていきました。二十六日には鉄小學校で行われた収穫祭にも参加させて頂きました。地域の方、ボランティアの皆様、ご家族、ご利用者に支えられ、今年もここまでこられました。

十二月も、クリスマス会に忘年会などまだまだ予定がいっぱいです。それから皆様に送る年賀状の準備にも取り掛かっていますよ！

また来年も、皆様が通いたくなるような通所リハビリを目指して頑張っております。また来年、ここの横浜シルバープラザでお待ちしています。

通所リハビリ介護主任 村瀬 奈美



リハビリ通信

簡単にできる体操をご紹介します。今回は第3弾です。



〔方法〕座位
〔回数〕20回程度
☆ポイント☆
身体が後ろに倒れないようにしよう。
〔注意〕
疲労や痛みがある際は、無理をせず
に休んで下さい。



長倉介護リーダーがご結婚され、川副介護リーダーになりました！！

支援相談室からのご案内

《感染症の予防について》

今年、観測史上初めて十一月に首都圏での積雪が見られました。例年になく、寒暖の差も激しく、既に様々な感染症の流行が報告されています。当施設では、感染症の予防の為、十一月から面会時のマスクの着用と手洗いの実施をお願いしております。ご利用者ご自身がマスクの着用を希望される場合も、マスクはご家族に用意をお願いしております。ご不明な点は、お気軽に職員までお問合せ下さい。

《年末年始の外出・外泊について》

年末年始は、外出や外泊を希望される方が多くなります。その為、お渡しするお薬の準備や入浴の日程調整などで、準備に時間をいただきます。ご協力をお願いします。それに伴い、できるだけ十二月十七日までに出外や外泊のご希望をお伝えいただければと思います。十二月一日から各ユニットに『年末年始用の外出外泊届』をご用意致しますので、職員にお声かけ下さい。

《新年会について》

新年明けて一月七日(土)午後、当施設地下一階にて新年会を開催致します。ご家族の皆様にもご参加いただけますので、ぜひお越しください。一緒に新年をお祝いして下さい。時間の詳細は、十二月中旬より施設内に貼り出されるポスターをご参照下さい。

十二月の行事食

- 十二月一日〜選択食
昼食の主菜をあらかじめ選んでいただけます。
A 煮込みハンバーグ
B 海老フライ
- 十二月二日〜冬至
冬至にちなんだおやつをご用意致します。
- 十二月二十四日〜クリスマス
クリスマスランチとおやつをご用意致します。
- 十二月三十一日〜大晦日
健やかに新年を迎えられますよう、昼食に年越しそばをご用意致します。

来月の特別食のお知らせ

- ☆2017年1月の特別メニュー
♪ボリューム洋食で、力強く新年スタート♪
- ☆大根とホタテのサラダ
- ☆オニオンスープ パイ包み
- ☆チキンカツ
- ★季節の一品
- ★デザート
- ☆デザート
(予定日：1月14日(土))
どうぞふるってご利用ください。
(ご予約は12月28日までに職員まで)

今月の予定

- 1日(木) 園芸クラブ「PM」
- 4日(金) 朗読クラブ「AM」
- 7日(水) 喫茶「PM」
- 9日(金) すずき野ミラクルコーラス「AM」
カラオケクラブ「PM」
- 11日(日) 朗読クラブ「AM」
- 14日(木) 民謡クラブ「AM」
- 18日(日) 朗読クラブ「AM」
- 21日(水) ジュリアの会「PM」
- 23日(金) カラオケクラブ「PM」
- 25日(日) 朗読クラブ「AM」
- 27日(火) 売店「PM」



音楽教室「AM」
2階工外・1階ぬくもり工外
2日・9日・16日・23日・30日
3階工外・1階ふれあい工外
6日・13日・20日・27日

※都合により変更となる場合がありますので予め御了承下さい

編集後記

秋も終わりを迎え、寒さも増してきましたね。今年も残りわずかですが、寒さに負けず体調崩さぬよう良い年をお過ごしください。一緒に施設全体で努めて参りますので一緒に頑張りましょう！

介護福祉士 芹沢 賢樹