



秋深まる文化祭

11月は文化祭という事で、各フロア職員による出し物をしました。
2階は紙風船割りをしました。職員同士で飛ばした紙風船を安全なピコピコハンマーで戦っていましたが、途中からゲストも参加し真剣勝負を繰り広げておりました。

3階は叩いてかぶつてジャンケンポンをしました。これも職員同士の勝負でしたが、途中でゲスト様も参加したいという事で希望者を聞き参加していただきました。叩いてかぶつてジャンケンポンのルールも分からないベトナムの実習生同士の勝負も見られ盛り上がりました。

4階は鳴子で体操をしました。高知県で有名な鳴子を持ちゲスト様の前で職員が披露しました。これも大変盛り上がり一緒に体操をしていただいたりして本当に楽しそうでした。

最終的にどのフロアもゲスト参加型になり、皆様と一緒に楽しみました。



〔入所者様も参加してヒートアップ〕
〔入所者様に見守られながら白熱した戦いが繰り広げられました。〕



☆リハビリテーション科より☆

★年末年始の事故に注意しましょう★

年始となると窒息や転倒・転落することが多く見かけられます。注意しながら楽しい年末年始を過ごしましょう。

☆窒息

窒息事故が65歳以上で年間3500件発生しており、そのうちの約半分が1月に発生しています。

1番多いのがお餅で、他に赤飯・お肉・お寿司等の弾力があるものや噛み切りにくいものには要注意です。防ぐためのポイントとしては

- ① 小さく切ってから食べる。
- ② 食べる前に汁物を飲んで喉を潤す。
- ③ 飲み込みやすいように食べ合わせを工夫する。
- ④ 飲み込みやすい介護食で代用する。

☆転落・転倒

年末年始でリハビリがお休みになります。そのことで運動する機会が減り、筋力が低下し、ベッドからの転落や歩行中の転倒に繋がります。そうならないためにできる範囲で運動を行いましょう。

例えば、

- ① ベッド上で上を向いた状態で、おしり上げ運動・片足ずつ膝を伸ばしたまま上にあげる運動・足を横に広げる運動等があります。
- ② 椅子等の安定したところに座りながら、太もも上げる(足踏み)運動・膝の曲げ伸ばし運動・つま先上げる運動・かかと上げる運動等があります。
- ③ 手すり等を持ちながら、スクワット運動・足を外側に広げる運動・膝の曲げ伸ばし運動・つま先上げる運動・かかと上げ運動等があります。

では、皆様、今年1年ありがとうございました。来年もよろしくお願いいたします。



12月24日
(金)

☆お取り寄せおやつ☆
【一六タルト しょこら】



しっとり仕上げたスポンジ生地と、伊予柑の爽やかな風味がほんのり香る濃厚なベルギー産チョコレートの味わいをお楽しみいただける一六タルトです。



編集後記

穏やかな日々が続いていますが、まだ完全に気を抜いては行けない日々が続いています。寒さもつらくて家から出れず、運動不足になりがちですが、家の中でも体を動かして健康を維持していきたいですね。

行事・レクリエーション委員会

12月の献立



2日(木)	昼:	さつまいもごはん
14日(火)	昼:	カレーライス
18日(土)	おやつ	誕生日ケーキ「チーズケーキ」
22日(水)	昼: 行事食、 おやつ	洋風炊き込みご飯、ミートローフ、大根の洋風煮、キャベツのサラダ、果物 クリスマスケーキ
24日(金)	おやつ	お取り寄せおやつ
27日(月)	昼:	菜飯

介護老人保健施設 ウェルハウス川西

所在地： 兵庫県川西市中央町15番25号

Tel： 072-755-1031 (代表)

療養棟： 入所/130名 (ショートステイを含む)

(一般療養棟100名、認知症専門棟30名)

通所/40名

協力病院： 協立病院

ホームページ： <http://www.kyowakai.com/>



【アクセスMAP】

最寄駅

阪急「川西能勢口」

から徒歩約10分

JR「川西池田」

から徒歩約15分

利用者様と作品制作(通所リハビリより)

通所リハビリの利用者様と通所スタッフとリハビリスタッフ
が協力して、季節に合わせた作品を作りました。今回はクリスマスツリーと着物を作ってみました。

折り紙を切り貼りして着物やツリーの光を表現したり、毛糸やビーズを使ってツリーの飾りを作ったりしています。手指のリハビリにもなるので積極的に取り組んでくださいますが、せっかく作るならいいものにと、工夫を凝らしています。



Before



After



華やかな
着物ですわ

今後の行事予定です

令和3年12月行事『クリスマス会』
12月22日(水) ささやかなプレゼントをご用意しています。

令和4年1月行事『新年会』
1月12日(月) 獅子舞とおみくじ、各階でレクリエーションを行います。

令和4年2月行事『節分会』
2月5日(土) 豆まきと各階でレクリエーションを行います。

オンライン面会についてのお知らせ

事務所窓口もしくはお電話にて、前日までの予約で受け付けております。お気軽にご相談ください。

