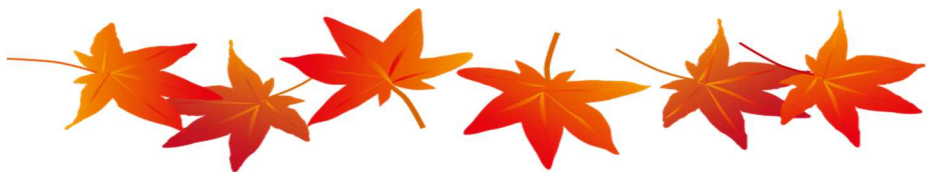


新入職者の紹介



リハビリ科
作業療法士
衣笠 祐



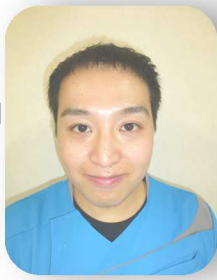
協立温泉病院から参りました、作業療法士の衣笠です。1年間という短い期間ですがよろしくお願いします。

リハビリ科
言語聴覚士
坂本 万由香



言語聴覚士の坂本万由香と申します。以前は協立温泉病院で働いていました。言語や食事に関するリハビリを担当しています。これからよろしくお願いします。

リハビリ科
理学療法士
上田 紘士朗



新しい職場でやる気がみなぎっています。精一杯頑張りますので、よろしくお願いします。

2F 療養棟
看護師
若本 千加子



9月に協立温泉病院より異動しました看護師の若本です。入所者の身体面を整える看護師としての役割を目指したいと思います。どうぞ宜しくお願いします。

3F 療養棟
介護師
田島 光子



9月に入職して、今、仕事の流れを覚えようと汗をかきかき奮闘中です。よろしくお願いします。

理美容U'S 訪問日お知らせ

11月				12月			
1日	金	14日	木	6日	金	12日	木
20日	水	26日	火	18日	水	24日	火

〒666-0142

兵庫県川西市清和台東2丁目1番2号

電話：072-799-8811

Email：wh-seiwadai@kyowakai.com

介護老人保健施設ウエルハウス清和台

FAX：072-799-8611

ホームページ：http://www.kyowakai.com

・面会時間：9時～20時 ・交通機関：阪急バス「清和台1丁目」下車すぐ



ウエルハウス清和台 広報誌
さくらんぼ

2019年
9・10月号



9月7日(土) 敬老会

今回お越しくださったのは、混声合唱団 リバーコール さん。
過去最多の45名もの合唱団の方々です。利用者様の周りを囲って歌っていただき、たいへん盛り上がりました。利用者様に楽しい時間を過ごしていただけたと思います。

リバーコールの皆様、素敵なハーモニーをありがとうございました。



11・12月のイベント

11/2(土) 運動会 13:30~14:30
1F リハビリ訓練室



12/21(土) クリスマス会 13:30~14:30
吹奏楽団 レガメさんの演奏など
1F 食堂

ご面会時のお願い

インフルエンザは、ウイルスが原因で突然の発熱や全身の倦怠感の症状が特徴です。伝染性が高く重症化しやすいので、高齢者は特に注意が必要です。施設内での感染予防のため、ご面会の際は各階フロアに設置の、使い捨てマスクのご着用とアルコールハンドジェルでの手指消毒のご協力をお願いいたします。

9月・10月のメニュー



9月誕生日会

赤飯
鶏肉の揚げおろし煮
とうもろこし豆腐
のっぺい汁
梨



かるかんまんじゅう

10月誕生日会

赤飯
秋刀魚の竜田揚げ
蓮根と栗の黒酢炒め煮
春菊の胡麻和え
桜漬
りんご



11月の行事食



11月4日(月)	麺の日：かやくうどん、舞茸のかき揚げ、ブロッコリーの胡麻和え、りんご
11月12日(火)	誕生日会：赤飯、鯛の生姜ソースかけ、筍と栗のうま煮、メロン など
11月21日(木)	麺の日：ちゃんぽん麺、チンゲン菜中華ドレ和え、厚揚げの生姜焼き、みかん

リハビリテーション科より

10月に入り肌寒い季節になってきました。寒くなると筋肉がこわばり、肩こりの原因になります。しっかりとストレッチを行い柔軟な体作りを心がけましょう！

☆座って出来る肩こりに効く簡単ストレッチ！

肩をすくめるように肩を持ち上げます。3秒ほど筋を収縮させたら脱力をして肩を下ろします。この動作を5回ほど繰り返します。



肩甲骨が動くように大きく回します。前回し、後ろ回しをそれぞれ5回程度ずつ行います。余裕があれば手を肩に置き、曲げた肘で空中に大きく円を描くよう行うとさらに肩甲骨の動きがよくなります。



両腕を横へ広げ、胸を開くようにして背伸びをします。気持ち良い時間背伸びをしたあとに、腕を下ろして脱力します。数回繰り返します。

