



日本赤十字社
Japanese Red Cross Society

つるかめ新聞



10月5日、老健あんじゅでペットボトル体操を行いました。ペットボトルは、比較的準備が簡単で水量を調整して入所者さんに合わせた負荷を設定することができます。さらにペットボトルは手にフィットするようにデザインされているので、運動習慣のない高齢者でも活用しやすい道具です。

入所者さんは、職員の掛け声とともに、ペットボトルを両手に持ち、ダンベルのように上げたり下げたりしました。物珍しさもあってか、皆様熱心に体操をされていました。

お知らせ

「小野田赤十字老人保健施設 あんじゅ」は、10月1日をもって定員100名を40名に減員しました。

そして、60名につきましては、「介護医療院」に転換し、合わせて定員100名で事業展開をすることになりました。

「つるかめ新聞」も「老人保健施設あんじゅ・介護医療院広報誌」として発行してまいりますので、これまで同様、よろしくお願い申し上げます。

老健の理念

私たちは、「人道・博愛・奉仕」の赤十字精神を基本に、真心をこめて高齢者の尊厳をささえ安全で質の高いケアに努めます。



日本赤十字社
Japanese Red Cross Society

小野田赤十字老人保健施設

あんじゅ



〒756-0889

山陽小野田市大字小野田3700番地

TEL0836-88-0222 FAX0836-88-4392

メール:osekiro@bronze.ocn.ne.jp

<健康食品について>

一般的に「健康食品」に明確な定義はなく、健康の保持や増進に効果があるとうたって販売されている食品全般を指します。

その中には、国が安全性や有効性に関する基準を定めた「保健機能食品制度」に基づく「機能性表示食品・栄養機能食品・特定保健用食品」が含まれます。

これらをうまく利用するには、その効果を正確に理解することが大切です。



例えば、私たちがよく耳にする「トクホ(特定保健用食品)」に、「食後の血糖値の上昇を緩やかにする食品」としてペットボトル入りのお茶があります。

期待できる効果は、お茶と同時に食べた食事による血糖値の上昇を緩やかにしてくれることです。

決して「飲めば飲むほど、血糖値が下がる」わけではありません。このように誤った認識で利用しないことが大切です。



現在多くの健康食品がありますが、購入する前に正しい利用方法や効果を確認することが大切です。

また、健康食品を上手に取り入れることはよいですが、まずは日頃から基本となるバランスのよい食事を心掛けましょう。



インフルエンザの予防接種

インフルエンザの予防接種を実施いたします。

入所者でご希望の方は予診票を添えて、**10月29日(金)までに事務室へ**お申し込みください。

(実施日) 11月1日(月)～11月19日(金)

(費用) 1,490円(65歳未満は、3,000円)

(※ 費用は、11月分の利用料に含めて徴収いたします。)

お知らせ

入所者のご家族からの医療に関するご相談を施設の医師、看護師がお受けします。ご希望の方は、事前にご連絡ください。

連絡先電話番号 0836-88-0222

相談日 毎月最後の月曜日

時間 10時30分～12時

今月は10月25日(月)です。

老健の出来事

↓9月15日、山陽小野田市の職員の方が来所され、今年100歳になられる入所者の河口イツ子さん、木村アキエさん、國廣初江さんに祝状と記念品を手渡されました。



河口 イツ子様



木村 アキエ様



國廣 初江 様



←↓→10月5日、老健あんじゅの入所者さんが、壁面づくりをされる方と、薄く切った牛乳パックの輪を高く積み上げるゲームをされる方と分かれてレクリエーションを行いました。



→ハロウィンの壁飾りを作りました。かぼちゃとおばけは、ふわっと立体的で笑い声が聞こえてきそうです。



今月のおすすめ献立 (63)

～9月のエビチャーハンの日～



- ・えびチャーハン
- ・唐揚げ
- ・大根とアスパラのりんごサラダ
- ・中華スープ
- ・デザート

入所者さんより好評だったメニューを載せています。

新型コロナウイルス感染症の対応について

現在面会制限を実施しており、面会は中止させていただきます。

制限解除の際はご家族へお知らせいたします。詳しくは、あんじゅ事務室までお問い合わせください。

デイケアのご案内

→9月は「秋の味覚」をテーマとして、紙でキノコを制作しました。美味しそうですが、残念ながら食べられません。

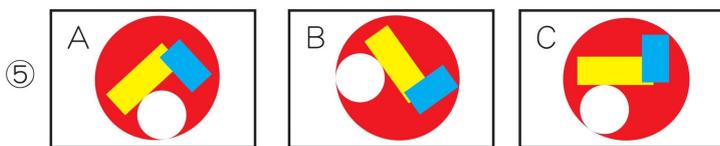
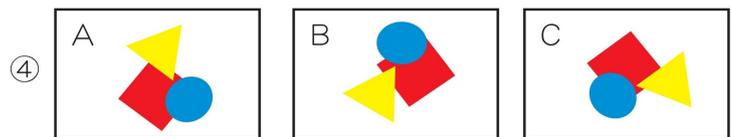
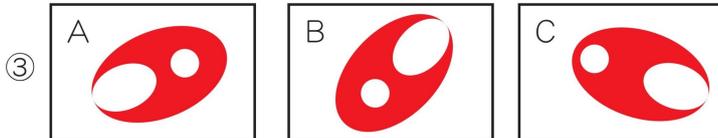
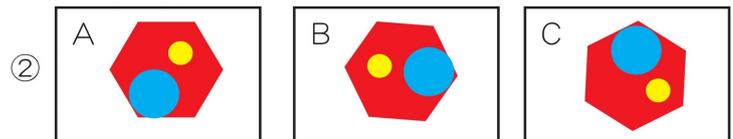
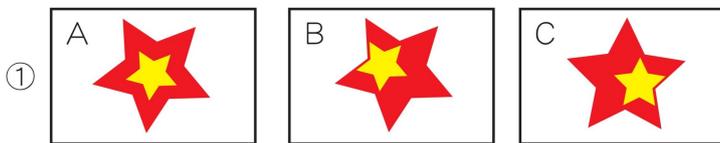


「玄関から玄関まで」を基本に、利用者様の身体・歩行状態、ご自宅周辺の道路状況等に応じて送迎いたします。乗降時の介助、車内の見守り等は安全を確保するために、必ず運転手と介護・看護職員の2名で行っています。

頭の体操

間違いさがし

A~Cのイラストのうち、1つだけ違う凶形が混じっています。違うものを選んでください。



回答

- ① A ② C ③ C ④ B ⑤ A

編集後記



我が家では、9月になると庭に紅白の彼岸花が咲き、秋の気配を感じさせてくれてちよっとほっこりします。殊に白い彼岸花は薄っすらピンク色がかかりとても綺麗です。植物たちは時期になるとちゃんと花を咲かせてくれるので感心しています。

最近ではコロナも収束傾向にあるのでこのまま終息し、はやく自由に旅行ができるようになればいいのに、とつい思ってしまいます。 tomato

