

日本赤十字社
Japanese Red Cross Society

つるかめ新聞



11月4日、あんじゅデイケア利用の皆さんであんじゅ農園の芋掘りをしました。今年の5月頃に、あんじゅ農園に植えた芋の収穫です。今年はとても大きな芋が収穫できました。皆さん「こりゃあ大きいねえ」と言いながら掘っていきます。記念写真を撮るために持ち上げるのも一苦労するほどでしたが、皆さん満面の笑みで秋の収穫を楽しめました。



衣替えのお知らせ



朝夕肌寒さを感じる季節となりました。ご家族のみなさま、体調を崩されていませんか？冬服準備について、下記ご協力をお願いいたします。

- ◆冬物衣類への交換にあたり、必ずお名前が記入されているか確認をお願いいたします。
- ◆お手数ですが他の持ち物について、『名前が薄い』『消えている』『未記入がある』など再度ご確認をお願いいたします。

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



小野田赤十字 介護医療院

〒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

<Let's ペットボトル体操！>

このたび、老健あんじゅでは、今までとはちがった新しい試みとして、ペットボトルを用いた体操を始めました。

ペットボトルを侮ることなかれ！水を入れて、両手に1つずつ持てば、そうです！ダンベルのように筋肉に負荷をかけたトレーニングが可能となるのです。しかもダンベルより優れているのは、水の量を変えることで、お一人お一人に適した負荷を調整できるところなのです。



～ペットボトル体操を考案した戸部田PTより～

ペットボトル体操は、ペットボトルを使用する体操を行う以外に決まった形はなく、それぞれの目的に合わせて独自のメニューで実施されています。「あんじゅ」のペットボトル体操では、利用者の皆様がより活動的に毎日をすごすことができるよう、腕の力だけではなく、上半身・下半身をしっかり動かすメニューを取り入れ、よい姿勢を保つ力と全身を大きく動かす力を身につけていただくことを目標としています。



コロナウイルス流行による外出自粛や、感染予防のため、利用者様のお散歩など体を動かしていただく機会が減ってしまっています。

だからこそ、転倒予防に筋力アップ！を目標に、これから毎日ペットボトル体操をがんばっていきます！

イベント案内

新型コロナウイルス感染拡大防止を図るためイベントの開催を中止しております。今後の開催については、所内掲示等によりお知らせいたします。

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11月29日（月）です。

老健・介護医療院の出来事

11月の入浴日変更について

月	火	水	木	金
11/22	23 (祝)	24	25	26
老健	入浴なし	介護医療院	老健	介護医療院



散髪のお知らせ

毎週木曜日の午前中に入所者様の散髪をしております。年内は12月23日まで、年明けは1月6日から実施する予定です。混み合う事が予想されますので、ご希望の方は、早めのご予約をお願いします。

カ ッ ト : 2,000円
 パーマ・髪染め: 5,500円
 ※パーマ、髪染めは前日までの予約



← ↓ 10月29日、老健あんじゅの入所者さんが、もみじがきれいな壁画を作成されました。



花ごよみ

笑顔でこんにちは

デイケア通信

153

↓ デイケアは紅葉真っ盛り♪赤や黄色の色さまざまに・・・♪おはながみを貼り合わせて作った紅葉が滝を彩っています。



↑ 11月2日レクリエーションでデイケアの利用者さんが卓上でホッケーを楽しみました。白熱した戦いとなりました。

今月のおすすめ献立

64

～10月の海鮮丼の日～



- ・海鮮丼
- ・キャベツと鶏肉の炒め物
- ・味噌汁
- ・フルーツ
- ・ゼリー

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

11月4日から面会制限を一部緩和しています。面会を希望される場合は、予約をお願いします。（ガラス越しの面会も予約をお願いします。）詳しくは、あんじゅ又は介護医療院事務室までお問い合わせください。

デイケアのご案内

「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。



←↑10月は秋らしいリースやキノコの壁画を作製されました。

人物往来

10月1日、11日付で、「介護医療院」へ看護職員3名、介護職員3名、介護支援専門員1名が、「老健あんじゅ」へ看護職員1名、介護職員3名が、着任いたしました。

介護医療院
看護係長

ほん せ あき こ
本瀬 明子



介護医療院
看護師

わたり ひろ え
渡 洋江



介護医療院
准看護師

さかい とも き
堺 那貴



介護医療院
介護係長

いし だ あき こ
石田 晶子



介護医療院
介護福祉士

ふじ い まさ こ
藤井 政子



介護医療院
介護福祉士

にしやま かつのり
西山 勝則



介護医療院
介護支援専門員

たか ぎ なお こ
高木 直子



老健あんじゅ
看護師

おかざき なお こ
岡崎 直子



老健あんじゅ
介護福祉士

さ さ き とおる
佐々木 徹



老健あんじゅ
介護福祉士

あおやぎ よしひこ
青柳 良彦



老健あんじゅ
介護福祉士

うしろ ね たけふみ
後根 健史



よろしくお願いいたします

編集後記

最近土日によくツーリングに出かけます。と言ってもコロナ渦なので、県内で行けるところを探して、写真撮ってコーヒー飲んで帰るだけのお手軽ツーリングですが…。写真は上関町の上盛山展望台で撮ったものです。景色がいいにも関わらず人が来ないので最近のお気に入りの場所です。どうも隣の周防大島に行く観光客が多いせいか、こちらにはあまり人がいません。なのでのんびりとこんな風景を楽しめます。県内は大体行ったことがあるものと思っていたのですが、意外と訪れていないところがあるものです。こういうのも「故きを温ねて新しきを知る」というのでしょうか？ 六根清浄

