

老 健 花植え

ご利用者様と一緒にプランターへ
お花を植えました。

色鮮やかなお花に囲まれながら、
皆様の笑顔もたくさん見られました。

「花見ていたら気持ちいい。花好きやから。」や

「きれいに咲くんちゃうか」と

お話しされておりました。

お花がさらに元気に育つのが楽しみです。

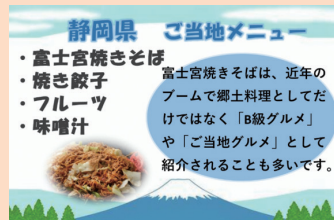


楽しい食巡り 栄養課 7月のご当地メニューは「静岡県の郷土料理」

富士宮焼きそば・焼き餃子
フルーツ・味噌汁でした。

富士宮焼きそばは、蒸し麺や肉かす、
キャベツなどの野菜が入った焼きそばで
静岡県富士宮市の郷土料理です。
麺は一般的な茹で麺ではなく水分を飛ばして
表面をコーティングした蒸し麺を使用すること
が多いそうです。

近年のブームで郷土料理としてだけでなく
「B級グルメ」や「ご当地グルメ」として
紹介されることも多いです。



来月は分県別の郷土料理です。

デイケア 七夕行事

7/6(月)～11(土)

七夕行事を開催しました。

皆の健康を願う短冊や

宝くじ当たれ!等の短冊、様々な願い事がありました。



慰問 手作り紙芝居

慰問があり、がまおやぶんさんが来苑。

手作り紙芝居『安珍清姫物語』を
披露してくれました。

迫力のあるイラストや語りに
クスクスと笑いが漏れたり、
最後の「おなごはおとろしの～」で
フロアは大笑いでした。



様子など
Instagramにも
アップしています。

今月の 替わり湯は

替わり湯週間

「どくだみの替わり湯」

7/13(月)～18(土)

「草の匂い…(笑)」と

正直な感想もいただきました。

どくだみは昔からなじみがあるので、
色んなお話が聞けました。



リハビリ 「高齢者の骨折について」

高齢者が転倒した際、些細な衝撃で骨折してしまうことが起こります。
また運動機能が低下し、寝たきりや要介護状態につながりやすくなります。

高齢者の4大骨折

- 太ももの付け根(大腿骨骨折)
- 背骨(脊椎圧迫骨折)
- 手首(橈骨遠位端骨折)
- 肩の付け根(上腕骨骨折)

原因

- 転倒、尻もち
- くしゃみ、重いものを持った時
- 手を強くついた時
- 勢いよく転倒した時

骨折の予防策

- 食事でカルシウムやビタミンDを意識して摂り、
また散歩や日光浴で骨を刺激しましょう。
- 部屋の環境(段差やカーペットなど)は転倒予防につながります。
- 無理のない範囲で運動やリハビリを行っていきましょう。



No.144

令和8年
7月号

すみれ便り



いよいよ夏本番!皆様お元気でお過ごし
でしょうか。
連日の猛暑ですが、無理をせずエアコン
を活用してお過ごしください。
7月といえば「七夕」。デイケアでは皆様
短冊に書いた願い事を笹に飾りました。
老健ではプランターに花植えをし、色とり
どりの花に皆様笑顔が見られました。



田辺すみれ苑
Instagram
はじめました

田辺すみれ苑Instagramを開設しました。
施設内の雰囲気や様子
をお届け出来ればと思います!
よろしければ、フォローをお願いします。