

やよい台 仁 だより

Yayoidai JIN NEWS

令和6年

10月号

- もくじ
- ・敬老会
 - ・訪問看護ステーション
 - ・リハビリ課
 - ・同心協力
 - ・やよい台仁の献立

Happy Halloween!!

療養課



敬老の日

敬老会

各階で敬老のお祝いをしました。通所リハビリ課では、敬老週間として、9/9~14までボランティアの皆さんが来所され、十慈堂合奏団やアロハダンス、吹奏楽などの演奏でお祝いをしていただきました。

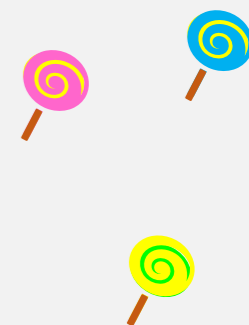
療養課では、阿波踊りの団体に来所していただき、フロア中を練り歩いて、ご利用者様も一緒に手振りなどで、踊りに参加されました。

施設中が敬老のお祝いムードで、ご利用者様に楽しんでいただけました。

通所リハビリ



祝



ともろー訪問看護ステーション弥生台



《配食サービスについて》

高血圧、糖尿病、他病気によっては、日々の食事管理はとても大事です。しかしながら、身体に良い物を摂取したくても、意識して毎日の食事を準備することは簡単なことではありません。今回は、食事の内容、近隣の配食サービス事業所などご紹介いたします。食事で健康管理！ 手間を省いて、趣味の時間を作るのにも良いですよ！

配食弁当の内容 (温かい状態・冷凍品・おかずのみ・サイズなども選べます)

- 普通食 (栄養バランスを考えて作られています)
- 塩分制限食 (塩分 2.0g以下)
- やわらか食 (嚥む機能が低下した方向けに配慮されています)
- ムース食 (嚥む力、飲みこむ力が弱っている方向けに配慮されています)
- たんぱく調整食 (透析治療中の方、エネルギーや塩分、カリウムも調整されています)

配食サービス事業所

- 「ワタミの宅食」0120-975-047
- 「宅配クック 123 横浜西部店」045-811-2637
- 「宅配弁当 結」080-7164-9663
- 「まごころ弁当 泉戸塚店」045-435-5500
- 「配食のふれあい 横浜いずみ店」045-465-4187
- 「コープの健康管理食」0120-105-570
- 「ライフデリ横浜戸塚・泉店」045-438-9273

※無料にてお試しできる場所もあります。是非お試しください。



同心協力 (連載コラム)

題名「ゴミ拾い」(連載 3/17 回)

著:佐久友朗



「実は、ゴミ拾いをしようと思っているんです。それで、もしご不要なものであるなら譲って頂けないかと思ひまして」「え? 何を拾うのですって?」「ゴミ、です」
静かな住宅街。私の声が隣近所に筒抜けだ。カーテンの隙間からチラッと女性の顔が覗き、「今、そちらに伺います」という声が聞こえた。玄関から出てきたのは、「4歳!」とかわいしい指を4つ出して教えてくれたあどけない女の子と、ほっそりした体形の若い母親だった。やはり普通の乳母車ではなかった。赤ん坊を乗せて、あやしたり寝かしつけたりする物で、もっぱら屋内で使うものだそうだ。現代版“キャスター付きゆりかご”といったところだろうか。「もう使わなくなったので、明日、粗大ごみに出すことになって、すでに郵便局に手数料を払いました」と言う。何たる幸運であろう。もう一日遅かったら、地団駄踏んで悔しがらねばならぬところだった。

やよい台仁の献立



10月献立表

	13日 (日)	14日 (月)	15日 (火)	16日 (水)	17日 (木)	18日 (金)	19日 (土)
朝	粥 味噌汁 スクランブルエッグ フレンチサラダ 牛乳	粥 味噌汁 ツナじゃが 菜の花の梅和え 牛乳 紅茶	粥 味噌汁 野菜と鶏肉ソーセージの炒め物 胡瓜の酢の物 牛乳 ミックスジュース	粥 味噌汁 豆腐チャンプルー 大根の和え物 ヨーグルト アップルティー	粥 味噌汁 さつまいもの煮物 青菜の和え物 牛乳 紅茶	粥 味噌汁 あんかけ豆腐 キャベツサラダ ジョアいちご コーヒー	粥 味噌汁 えびと玉葱の卵としぼりれん草の生姜和え 牛乳 ココア
10時							
昼	粥 コンソメスープ ポークチャップ チヂミ 筑前 コーヒ レモンケーキ	粥 中華スープ ビビンバ 中華サラダ りんご 煎茶 ロールケーキ(バナナ)	粥 清まし汁 鶏肉の野菜煮 花野菜サラダ 洋梨 煎茶 塩まんじゅう	粥 中華スープ 豚肉 チンゲン菜の中華風煮物 みかん 煎茶 和菓子	粥 清まし汁 白身魚の照り焼き なすの甘辛炒め パン 煎茶 エクレア	粥 コンソメスープ 鶏肉のバター醤油揚げ フロッキーのシーザーサラダ ピーチゼリー 煎茶 トーストホットケーキ	粥 味噌汁 鶏肉のバター醤油揚げ かぼちゃサラダ 筑前 煎茶 チョコパン
おやつ							
夕	粥 味噌汁 鶏肉の照り焼き さつまいものしそ煮 小松菜のごま和え	粥 味噌汁 マスのタルタル焼 がんとどきの煮物 キャベツの塩昆布和え	粥 味噌汁 白身魚の梅醤油焼 いんげんのソテー 煮豆(金時豆)	粥 清まし汁 サワラの照り焼き カリフラワーの煮物 ちやしの和え物	粥 味噌汁 中華風照り焼き 金平ごぼう ひじきサラダ	粥 味噌汁 五目等の揚げ物 切干大根の煮物 白菜の漬物	粥 清まし汁 豆腐の旨煮 ビーフソテー 香煎の辛子和え
20日 (日)	粥 味噌汁 肉団子の煮物 いんげんの和え物 ヨーグルト アップルティー	粥 味噌汁 大根と鶏肉ソーセージの炒め物 煮つけ 牛乳 コーヒー	粥 味噌汁 白菜の旨煮 ポテトサラダ ジョアプレーン 紅茶	粥 味噌汁 肉団子の甘あんかけ 青菜の和え物 牛乳 ミルクティ	粥 味噌汁 五目炒り卵 豆サラダ ヨーグルト ココア	粥 味噌汁 じゃがいもの煮ころがし ほうれん草の中華和え 牛乳 りんごジュース 11時紅茶	粥 味噌汁 マカロニソテー じゃがいものドリア 牛乳 ミルクティ
21日 (月)	粥 清まし汁 サワラのおろし煮 三色酢の物 みかん 煎茶 チーズ蒸しケーキ	粥 味噌汁 鶏肉の唐揚げ ほうれん草のナムル 洋梨 煎茶 バナナクレープ	粥 清まし汁 白身魚の西京漬焼 なすのそぼろ炒め りんご 煎茶 チョコドーナツ	粥 コンソメスープ コロケ ツナサラダ パン 煎茶 どら焼き	粥 中華スープ 鶏肉の照り焼き 菜の花の辛子和え フルーツカクテル 煎茶 ロールケーキ(ロート)	粥 ロールパン コンソメスープ チキンカツ(焼) サラダ 筑前 煎茶 カスタードワッフル	粥 清まし汁 豚肉の味噌だれ焼 白和え みかん 煎茶 パウンドケーキ(和洋)
22日 (火)	粥 味噌汁 肉じゃが じゃが芋の炒め物 大根のゆかり和え	粥 清まし汁 白身魚の中華あんかけ れんこんの煮物 甘酢和え	粥 中華スープ 常夏豆腐 もやしとニラの炒め物 フロッキーのレンジパン	粥 味噌汁 鶏肉のバーベキュー焼き ひじきの炒り煮 漬物	粥 清まし汁 豆腐と豚肉の炒め物 さつまいもの甘煮 和菓子	粥 味噌汁 マスの塩焼 煮炊 大根のなめかけ和え	粥 清まし汁 ホックの煮付け いんげんの生姜和え つくし豆
23日 (水)							
24日 (木)							
25日 (金)							
26日 (土)							

リハビリ課



やよい台仁でのリハビリはどんなことをやっているの? ①

やよい台仁では、一人ひとりの心身の状態、目標に合わせたリハビリテーション・支援を行っています。「リハビリ=機能訓練」と思われがちですが、老健でのリハビリは主に「生活期リハビリ」です。現在ある機能・能力を生活の中に取り入れ、日々繰り返されることで維持・向上に繋がるよう、多職種と連携して支援をしています。スタッフは、理学療法士(PT)/作業療法士(OT)/言語聴覚士(ST)が揃っています。さらに、入所/通所リハ(デイケア)/ショートステイのご利用の方々にリハビリを提供していますので、退所後も顔なじみのスタッフが一連の流れの経過を把握しながら、在宅生活もサポートしていくことができます。それぞれの方々が自分の能力に応じて自立した生活が送れるような支援を心掛けています。

【入所リハビリ】

寝たきりにならないよう体力向上や自立した生活が送れるよう、基本動作能力維持向上、身の回りの生活動作の維持向上、在宅等への復帰目的の動作能力向上、獲得した能力を生活内で活かしていくための支援、介助指導、家屋調査や提案、利用サービス助言など幅広く関わっています。

【ショートステイ】

できるだけ長く在宅生活が継続しているよう、心身機能・動作能力の維持や低下した部分の改善目的で介入しています。生活自体もリハビリの一環なので、安全に行える部分はできるだけご自身で行ってもらいます。必要時にはご家族や居宅ケアマネジャーに助言や提案をしています。

【通所リハ】

自分らしい在宅生活を続けていけることを目指しています。身の回りの動作だけでなく、自宅での入浴、外出や趣味活動などが安全に楽しく行えるよう、屋外歩行や応用動作の練習・指導、環境調整・福祉用具の提案、居宅訪問指導等、その方に必要と思われる支援をしています。

今回はそれぞれのリハビリに焦点をあてて紹介していきます!