

悠遊苑だより

2月

第234号 令和3年2月
医療法人立川メディカルセンター
介護老人保健施設 悠遊苑
施設長 立川 浩

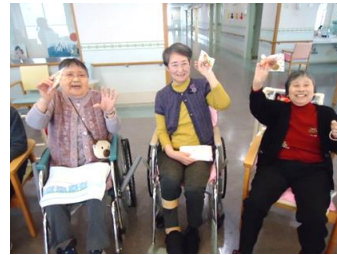


2月：「鬼は外！福は内！」今年は笑顔がたくさん見られる一年にできればと思いを込めて描きました。見ているうちに自然と笑顔になるような素敵な鬼とお福が出来上がりました。

作製：通所リハビリ 佐藤賢次様

悠遊苑 1月の行事

2階 「お正月羽根つき大会」を行いました。羽子板と羽に見立てた風船で、熱戦が繰り広げられました。



3階 「新年会」新しい年も元気に過ごせるよう、皆で楽しい時間を共有しました。



今後の行事予定

「豆まき」 悠遊苑 2F:2月4日（木） 15：00から

「笑って過ごそう豆まきゲーム」 悠遊苑 3F:2月17日（水） 15：00から

ご家族の皆さんへ

◇利用者さんが棟外に出られる際にマスクを着用していただいていますので、マスクの準備をお願い致します。

◇2月20日（土）～23日（火・祝）浴室脱衣室のエアコン入替工事を行います。浴室が使えないため、清拭に変更させていただきます。

うたの会

悠遊苑各階では、月に数回ほど希望者が集まり、うたの会を行っています。

童謡・唱歌から懐メロまで、皆で歌って親睦を深めています。

「歌っていると元気が出るね～」と好評です。



通所リハビリテーション

1月の月間行事

1月の月間行事は「干支玉送りゲーム」を行いました。

干支を型取った小さな風船12体を作成し、大判の布を上下に揺らしながら送るゲームをチーム対抗で行いました。

声を出し合い協力しながら

笑顔で楽しみました。



2021年の新年飾りは「鯛」と「富士山」「青海波」の縁起物を作りました
文字は「やっこさん」を約400個使って出来ています

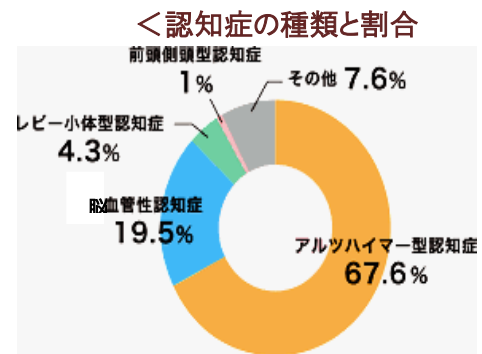
リハビリ☆コラム No.93

【認知症の種類について】

認知症といえば、『アルツハイマー型認知症』という名前を一度は耳にした事があるのではないのでしょうか。認知症にはその他にもいくつかの種類があり、それぞれ特徴に違いがあります。今回は、3回シリーズで『脳血管性』『レビー小体型』『前頭側頭型』の3種類の認知症と、リハビリについて説明します。

1. 【脳血管性認知症について】

原因	脳梗塞や脳出血により、脳の一部が壊死してしまうため 脳血管が狭くなり、血流が低下することで起こることも
経過	繰り返し脳血管障害を発症することで段階的に症状が進行していく



*特徴的な症状



*リハビリテーション

生活の中でできる運動を心がけましょう。

☆椅子からの立ち上がり動作
☆家事を行う ☆散歩 ☆趣味を持つ
等

また、2つのことを同時に行うと脳の活性化につながります。

☆椅子に座り足踏みしながら、引き算をする

次回は、「レビー小体型認知症について」です。





～栄養科だよ！～

例年になく大雪で厳しい冬が続いていますが
皆さんいかがお過ごしでしょうか。

残念ながら新型コロナウイルスの発生が続いています。
予防には、手洗い・うがいが効果的と言われています。
しっかりと栄養・休息も摂り予防に努めていきましょう。



2月のイベント

2月26日（金）
2月のお楽しみ献立
の提供を予定しております。
楽しみにお待ちください。

～ご紹介～



【お節折り弁当普通食】

大寒の 1月20日（水）【お節折り弁当】 を提供いたしました。
〔赤飯、ぶりの照り焼き、八幡焼き、煮しめ（里芋・椎茸・人参）
紅白なますいくら添え、海老のかき揚げ蟹あんかけ、伊達巻、黒豆
昆布巻き、蒲鉾、ぶりのあら汁〕

新年らしい盛りだくさんな折り弁当で大変好評でした。

今月は、「2月のお楽しみ献立」 の提供を予定しております。
楽しみにお待ちください。

【お節折り弁当ムース食】

