

悠遊苑だより



第255号 令和4年11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



11月：空気がひんやりとして、木々が色づく季節になりました。
今回は、入所者の皆さんの手形と足形をとらせて頂き、それを切り取って紅葉に見立てた作品を作りました。鮮やかな赤や黄色が苑内を彩っています。

作製：3階入所者の皆さん

悠遊苑 10月の行事

2F【ハロウィンのリース作り】職員と一緒にハロウィンのリース作りをしました。

カボチャやおばけの顔を描いたり、お花紙でキャンディを作ったりと上手に作られていました。「可愛いもんだね」「部屋に飾ろうかな」と話がはずみました。



3F【スポーツ大会（玉入れ）】

入所者さんと職員が協力し、白熱した勝負で良い汗を流しました。楽しい時間を過ごす事ができました。



今後の行事予定

悠遊苑 2階 11月「うずまきミニツリーを作ろう」

悠遊苑 3階 11月9日(水) 15:00～「ビーチボール落とし」

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、

準備をお願い致します。

◇面会禁止のご理解とご協力ありがとうございます。

引き続き感染予防に努めてまいります。

利用者の方より

魚沼通信 Vol.94 細井 昭様 #しもばしら

花言葉：「健気（けなげ）」

奇妙な名前は、花が終わり枯れた後の茎に沿って水分が上昇し、霜柱をつくることに由来しています。片側だけに付き開くと雄しべが突き出てきます。同様の現象は、「見返り草」でも見られるとのこと。



通所リハビリテーション

10月の月間行事

今月の月間レクリエーションは風船とうちわを使い

「早くだせ！風船出しゲーム」を行いました。

風船が筒からなかなか出ず苦戦していたチームもありましたが、

皆さん一生懸命うちわを扇いでいました。

筒から色とりどりの風船が出るところは、「きれいだね！」

と盛り上がりました。





～栄養科だよ！～



11月22日（火）

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。

紅葉が一段と色を増す美しい季節となりました。

11月から2月頃が旬の”白菜”は寒くなると凍らない様に糖分を蓄えるようになるため、甘みが増しておいしくなります。整腸作用のある食物繊維、高血圧予防効果のあるカリウム等が含まれています。味にくせがないため、生食や鍋物、炒め物等幅広く使用できます。旬の甘みを増した白菜をおいしくいただき、寒い時期も元気に過ごしてまいりましょう。

～ご紹介～



【秋の行楽弁当普通食】

10月19日（水）秋の行楽弁当を提供いたしました。

内容は「栗ご飯、鮭の粕汁、蓮根入りつくね、海鮮ポテトサラダ、ごぼうの土佐煮、柿のもと甘酢和え、舞茸、さつま芋の天麩羅、車麩揚げ煮、南瓜プリン」でした。旬の食材満載で盛り付けや容器も綺麗な声をいただき大変好評でした。今月も趣向を凝らしたお楽しみ献立を予定しております。楽しみにお待ち下さい。

【秋の行楽弁当 ムース食】



リハビリ☆コラム No.114

【パーキンソン病について】①病態について

脳の中で命令を伝達するドパミンという脳内物質が不足するため、身体が徐々に動かなくなる病気です。60歳以上の男性に多い傾向があり、数年かけて徐々に進行する難病です。

◆ 4大症状 ◆



◆ 特徴的な姿勢 ◆



この症状には左右差があることがあります。また、この症状が必ずしもみられるわけではありません。必ず医師の診断が必要になります。

また運動機能以外にも、便秘・頻尿などの自律神経障害、睡眠障害、言葉が出にくくなる、認知機能障害なども出現する場合があります。

◆ 治療 ◆

薬物療法とリハビリテーションの併用が有効です。

次回は、「②パーキンソン病の体操」についてです。