

# 悠遊苑だより



第262号 令和5年6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



6月：尾瀬を背景に、色とりどりの花々を作りました。細かい作業も協力し合いながら行い、一つ一つ作り上げました。とても華やかな作品が出来上がりました。

作製：通所リハビリ利用者の皆さん

## 悠遊苑5月の行事

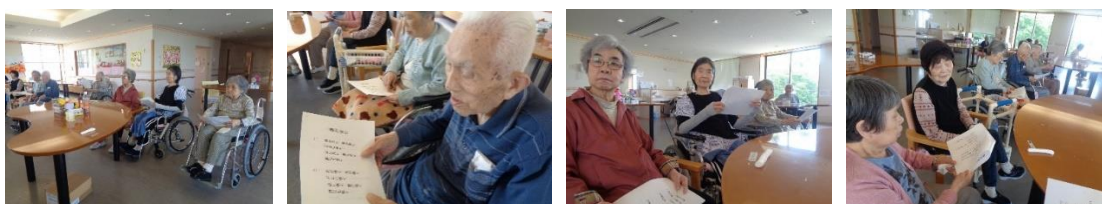
2F 5月も4月同様にお散歩を行いました。

より一層気温も暖かくなり、「過ごしやすいね」と皆さんも気持ちよさそうにされていました。夏に向けてゴーヤの苗も植えてあり、緑のカーテンを楽しみにされていました。



3F 5月17日(水)に歌の会を行いました。

季節に因んだ馴染みのある「春が来た」、「さくら」、「青い山脈」を歌いました。参加された皆さんは大きな声で歌われ、笑顔が見られていました。



## 今後の行事予定

**2F 6月7日(水)15:00～ 大運動会を行います。**

**3F 6月14日(水)15:00～ 玉入れを行います。**

## ご家族の皆さんへ

◇面会につきましては感染症が終息した状況ではありませんので、状況に応じて中止・再開をさせていただきます。引き続き、感染予防対策を行って参りますので、ご理解・ご協力の程宜しくお願い致します。

## 利用者の方より

魚沼通信 Vol.100 細井 昭様

#おにぐるみ 花言葉：貴方に夢中



6月：おにぐるみ <花言葉：貴方に夢中>

雄花と雌花が受粉し、花が散り始めると、緑の実が膨らみ始めます。秋に熟すと一個ずつ落ちます。花から実に変化する過程が驚きです。縄文時代から食用として食べられており、味が濃くて美味しいです。しかし、金槌を使わないと割れないほど、殻が硬く実が少ないのが難点です。

# 通所リハビリテーション

## 5月の月間行事

- 今年度は4月から8月まで曜日対抗でレクリエーションをしています。2つの輪を作り順番に小豆をリレーしていきペットボトルがいっぱいになったらゴール！
- 2チームの合計タイムが曜日の記録になります。
- 今月は火曜チームでタイムは【21分47秒15】でした。
- おやつは、あんこと生クリームの入ったダブルシューをを食べました。



## ～栄養科だよ！～



## 6月

### 6月のイベント

- 6月13日(火) 夏のレクリエーション献立
- 6月23日(金) 6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。



【5月のお楽しみ献立常食】



【5月のお楽しみ献立ムース食】

- 5月18日(木) 5月のお楽しみ献立を提供致しました。
  - ・生姜の炊き込みご飯 ・鶏の豆乳スープ ・煮穴子 ・だし巻き卵
  - ・天ぷら(アスパラ・南瓜) ・もずく酢 ・梅ゼリー

当日は真夏の様な暑い日でしたが、生姜・もずく・梅等暑くても食べやすい食材を多く使用しました。利用者の皆さんに大変喜んでいただきました。今月もイベント献立の提供を予定しております。楽しみにお待ち下さい。



# リハビリ☆コラム No.121

## 【歩行補助具の種類と特徴について】

歩行補助具は身体の状態や用途に合ったものを使うことが大切です。  
以下に、様々な種類の歩行補助具の特徴をまとめました。

### 【杖】



#### T字杖

少しの支えがあれば立ったり歩いたりできる方に適しています。持ち運びに便利で、屋内外で広く使われています。



#### 四点杖（多点杖）

四点で支えるので、杖に体重をかけることができます。手を離しても倒れないので、日常生活で手を洗うなどの動作が行いやすいです。



#### ロフストランドクラッチ

握る部分の他、腕を固定する部分があります。握力や腕力の弱い方が使いやすいです。



#### 松葉杖

多くは、足の怪我をした場合に使用されます。腕と身体ではさみ込むことで、足にかかる荷重の量を調節できます。

### 【歩行器】



#### 固定型四脚歩行器

車輪はついていません。両手で持ち上げて前方へつきながら、少しずつ進みます。



#### キャスター付き歩行器

持ち上げずに両手で押しながら、連続したリズムで歩くことができます。



#### サークル歩行器

枠の中に身体が入り込み、腕をのせて体重を預けることができます。安定性がありますが、大きいので、病院や施設で使われることが多いです。



#### シルバーカー

ハンドルが横にまっすぐになっていて、身体の前方で押して使います。腰掛けや荷物入れがついています。



#### 歩行車

車輪が大きく安定しているので体重を預けることができます。荷物入れや腰掛けの他、食器等をのせられるトレー・自動制御ブレーキがついているものもあります。

歩行補助具の中には介護保険で貸与できるものもあります。

選定や使用にあたりましては、リハビリスタッフや福祉用具業者に相談する事をお勧めします。

今回は「歩行補助具を安全に使うために」です。