

新米

稲刈りも終盤を迎え、二毛作に取りかかる田も多く見かけられるようになってきました。さて、実りの秋といえ、やっぱり新米が浮かびますね。10月頃より店頭には新米が並び、楽しみにしている方もいらつしやるのではないのでしょうか。食品表示法の食品表示基準によると、秋に収穫してそ



の年の12月31日までに精米され、包装されたお米が新米になるようです。お米の種類によるようですが、新米は水分量が多く、水を気持ち少なめにすると美味しく炊きあがるようです。

リハビリ

「思い出で認知症予防」

朝夕はめっきり涼しくなりましたが、皆さまは変わりなくお過ごしでしょうか。

今回は、認知症予防として「回想法」について紹介します。

回想法とは、昔の懐かしい写真や音楽、昔使っていた馴染み深い家庭用品などを見たり、触れたりしながら、昔の経験や思い出を語りあい、聞き手が共感的に傾聴することで心の安定を図る心理療法です。

昔のことを回想してもらうことで、海馬や前頭葉を活発に刺激することができ、昔のことを思い出して言葉にしたり、相手の話を聞いて刺激を受けたりすることで脳が活性化し、活動性・自発性・集中力の向上や自発語の増加が促され、認知症の進行予防となります。認知機能の改善や認知症予防に役立つ方法の中でも、特に本人が楽しみながら取り組むことができるものになります。ぜひご自宅で思い出に花を咲かせてみてください。(長井)



高齢者のみなさまへ

和佐の里では**愛と真心**をもって、介護予防・認知症予防のために

運動療法・園芸療法・学習療法・音楽療法を行っています。

何でもご相談ください。



社会医療法人財団 介護老人保健施設 **和佐の里**
 お客様の尊厳を守り、自立と家庭復帰を支援します。
<http://www.reimeikai.com>

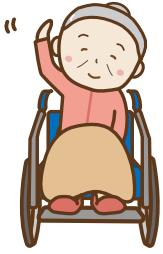
和佐の里 最新ニュース

♪入所

おやつレク



9月23日(木)、20日の敬老の日になんでイベントレクを行いました。お祝いの言葉を伝え、昔懐かしの歌にあわせて体操をしました。その後、上用饅頭を召し上がっていただきました。ご利用者さまから「いい汗かいたからおいしいわ!」「ええもんもらったわ、ありがとう」と、喜んでおられました。(田渕)



おやつレク (かき氷)

8月24日(火)入所棟デイルーム内でおやつレク(かき氷)を行いました。利用者さまと職員で協力してかき氷作りをしました♪「冷たくておいしい!」「もう一つちょうだい」など皆さまから好評でした!!利用者さまの笑顔が多く見られ、楽しまれている所を見ることができ、職員一同嬉しく思っています。今後も利用者さまが喜んでいただけるようなイベントを実施していきたいと思えます。(北岡)



♪通所

作品作り

葉っぱを三つ編みにし、リボン、ドライフラワーを装飾しました。一人ひとり違う色のリボンやドライフラワーを選んでいただき、どの作品も個性豊かで美しい仕上がりになりました!!利用者さまも楽しそうに作られており、職員一同も嬉しいです。次回も利用者さまが喜ばれるような企画をしていきたいと思えます!(栖原)



お知らせステーション

新入職員紹介

皆さま、どうぞ



よろしく願います。



部署：地域連携課
 職種：事務員
 氏名：津村 安季子
 (つむら あきこ)
 誕生日：4月15日
 趣味：韓国ドラマ・フルート
 抱負・一言：不慣れな事も多々あると思いますが、よろしく願い致します。黎明会の消炎鎮痛楽団に所属しており、利用者さまに演奏をお届けできるのを心待ちにしています。

趣味活動 (生け花)

入所棟では、利用者さまが個々のレクリエーションに取り組みられています!!

今回は生け花が趣味である利用者さまの様子を取材させていただきました♪美しい生け花と素敵な笑顔で記念写真の撮影を行いました。今後も素敵な生け花をしていただき、和佐の里を彩ってください!! (北岡)



空調設備リニューアル

施設の老朽化にともない、施設管内の一部のエアコンを新しく交換しました。今までのエアコンと違い、コントローラーの数が増え、操作しやすくなりました。そして、エアコンが効き始めるまでの時間が気持ち早くなったように感じました。工事中は皆さまにご迷惑をおかけしましたがご協力ありがとうございました。これからは今まで以上に快適に過ごせますね。(木村)



ホットパック新調!!

リハビリテーションで用いる物理療法の一つ、「ホットパック」が新しくなりました。ホットパックとは、パック状にしたものを温め、それを置いて患部を温める温熱療法です。効果としては、疼痛軽減・軟部組織伸張性の増大・リラクゼーションなどがあります。禁忌もあるため取り扱いに注意して大事に使用していきます。(長井)



10月の行事

和佐の里では、毎月行事があつて、今月も楽しみじやの。

今月は

●通所 未定

●入所 イベントレク……25(月)

おやつレク……7(木)



園芸療法活動

9月は、春に咲く花の種をひと月かけて蒔きました。毎年、ビオラ・パンジー・きんせんか・矢車草・ゴデチアは欠かせません。(①～④) ビオラは押し花に活用でき、きんせんかと矢車草は馴染みがあり、切り花に最適です。ゴデチアは艶やか花を咲かせ、人の目を引きまします。種まき作業の間にも、8月に種まきしたビオラやパンジーをポットへ一本ずつ植える作業や稲刈りも行いました。ほとんどの利用者さまは鎌を持ち、稲を刈る姿は手慣れている様子です(⑤～⑨)。昔したことが体にしみついていいるなど毎年のことながら思います。(尾崎)



天高く馬肥ゆる秋の言葉通り、旬の味覚がことのほか美味しく、体重計にのる勇気が出ない今日この頃です。皆さま、元気にしていますか。朝夕はヒンヤリとすることもあり、外に出ることが日に日に億劫になりつつありますが、私はそれらの誘惑に負けないようにするため、ダイエットの秋を楽しみます。皆さまもお体に気をつけて過ごして下さい。(谷本)

編集後記



デイケア1日見学者募集
和佐の里のデイケアを見学してみませんか？
お気軽にお問い合わせください。
お問い合わせ：☎0738(53) 1101
担当：園畑

ボランティア募集
デイケアや入所者のお話し相手、または食事介助をしてくださる方、お待ちしております。
お問い合わせ：☎0738(53) 1101
担当：塩畑