

アンダンテ 新聞

第 19 号
2013.4.12 発行
〒080-0027
帯広市西17条南3丁目
24番24号
社会福祉法人 光寿会
介護老人保健施設
ケアステーションアンダンテ
TEL 0155-58-6500
FAX 0155-58-6501
http://koujyukai.org
E-mail
info-andante@koujyukai.org

イザ!という時のために通所リハビリテーションを 体験しませんか?

★4月18日の予定★

- 10:00 施設集合
- 10:10 施設見学会
- 10:30 体操・書道クラブ
- 11:00 リハビリ身体機能評価
- 12:00 昼食試食会
- 13:00 学習療法体験会
- 14:00 ふまねっと運動体験会
- 14:30 介護員への質問会
- 15:00 解散



★無料体験実施中★
♪四月十八日(木)
♪四月二十四日(水)
当日の送迎なし 先着十名



★アンダンテでは、入所のほかに「ショートステイ」「通所リハビリ」のサービスも行っております。介護されているご家族様が病気や入院、冠婚葬祭などで家を空ける等、一時的に介護が出来ない時がございましたら、お手伝いいたしますので、お気軽にご相談下さい。

★4月24日の予定★

- 10:00 施設集合
- 10:10 施設見学会
- 10:30 体操・書道クラブ
- 11:00 うどん打ち体験
- 12:00 昼食試食会
- 13:00 リハビリ身体機能評価
- 14:00 ふまねっと運動体験会
- 14:30 介護員への質問会
- 15:00 解散



通所リハビリテーションとは

♪リハビリテーションや様々なレクリエーション活動を通して、日常生活が安定して送れるよう機能回復・維持を目的にした日帰りのサービスです。
♪食事や入浴のサービスも受けられます。
♪活動を通して他者との交流の機械持ち、閉じこもり解消にも効果があります。



◎学習療法◎



◎ふまねっと◎



【提供時間】
月曜～土曜(日曜はお休み)
十時～十六時三十分 送迎あり
【問い合わせ先】
通所リハビリテーション
アンダンテ
0155(58)6500
担当:富澤・渡辺

♪各専門スタッフによる相談を受け付けています。
(理学療法士・作業療法士・言語聴覚士・管理栄養士・介護福祉士)

利用者様を支えるご家族の皆様にも、いつもでもお元気でいてもらうために、運動などの「豆知識」を全6回にわたりお伝えしたいと思います。
今回は「ノルディックウォーキング」を紹介します。ノルディックウォーキングは二本のポールを用いて歩く運動です。普通に歩くよりもポールをつかうことにより、全身を使う運動となり、ゆつくりとしたペースでも確実に運動効果を上げられる特徴があります。
また、ポールを地面に押しつけて歩くことにより、膝や腰への負担を軽減でき、安定感が増して転倒を防止できるため、リハビリ中の方からフィットネスの方まで幅広い方に適しています。(ポールはスポーツ用品店等で手軽に購入できますよ)
活動的で充実した老年期を過ごすためには、筋力の向上を中心とする体力づくりが重要です!ご自分にあつた無理のない運動を続けることで体力を維持していきましょう!



リハビリ豆知識

第2回

ドクター・吉田にらむ



私が子供の頃、まだ石炭ストーブが一般でした。

しかし水より安い価格で石油が輸入され、国内から石炭は駆逐されました。

かつての産炭地は荒廃し、そして石油は何十倍も値上がりして今日に至っております。T Pが導入された後は、外国からそれこそ水より安い価格で大量の食糧が輸入され、日本の農業は崩壊します。その後に輸入食料品は何十倍も値上がりしますが、今の石油と同じように相手の言い値で買うしか方法がなくなってしまうです。

バブル崩壊で日本の構造は大きく変わりましたが、T Pはそれ以上に、日本の地理すらをも大きく変えてしまう可能性があります。帯広十勝も三〇年後には今の旧産炭地と似たような状況になっているでしょう。

まあ、自分が生きているかどうかともわからないような先のことを心配してもはじまりません。世の中なるようにしかならないわけで、足元を見つめ、入所者様が平穩無事に生活できるように、微力を尽くしたいと思います。



ご寄付ありがとうございました！

★帯広市 八代康秀様

★帯広市 友近サタ様

★帯広市 甲山一様

金一封)

この他にも、

●バスタオル

●オムツ

●加湿器

●商品券

●かぼちゃ

●アスハラガス

など

たくさんのご寄付をいただきました。
その全てを施設運営に役立てさせていただいています。
ありがとうございます。

アンダンテ
(3月のご報告)

【うどん打ち】

ボランティア団体

「打ちっこクラブ」

様による手打ちうどんの会が開催されました。香川から取り寄せて下さったうどん用中力粉と、デイケア利用者様の足踏みとの相乗効果で、弾力のある噛みごたえと、ツルツとしたのど越しが心地よいうどんが出来上がりました。『温かいきつねうどん』と『冷たいササギ』をいただきました。久しぶりに口紅をつけた。少々恥ずかしそうでしたが、皆さんうれしそうに終始にこやかに昔を思い出していましたように思います。やはりいくつになっても女性らしさを忘れず、きれいになることは喜びになるのだと感じました。

【お化粧会開催☆】



アンダンテデイルームにて「資生堂」様によるお化粧会を行いました。今回は女性入所者様二十名程が参加し、お化粧とフェイスマッサージをしていただきました。久しぶりに口紅をつけた。少々恥ずかしそうでしたが、皆さんうれしそうに終始にこやかに昔を思い出していましたように思います。やはりいくつになっても女性らしさを忘れず、きれいになることは喜びになるのだと感じました。

このお化粧会は資生堂様のご厚意で無料で行っていたです。次回を予定しています。どうぞお楽しみに！

