

# アングダンテ新聞

第58号  
2024/9

介護老人保健施設  
ケアステーションアングダンテ  
帯広市西17条南3丁目  
24番24号  
TEL 0155-58-6500  
FAX 0155-58-6501  
<http://koujyukai.org/>



ホームページ Instagram

## ★夏祭り★

八月九日に夏祭りを開催しました。連日暑い日が続いていますが、涼しい施設内でゲームを楽しんだり、夏祭りにちなんだ料理を美味しく召し上がりながら、夏の風物詩を体験していただきました。  
「北海盆唄」を聴きながら、手を動かして踊っている利用者様もいらしやう。お祭りの雰囲気を楽しまれました。  
レクリエーションでは、職員手作りの魚釣り、輪投げ、スイカのピニャータでスイカ割をしました。魚釣りでは皆様、とても上手に、釣り上げていました。家族様にも参加して頂き、今年も笑顔溢れる夏祭りとなりました。  
これからも、利用者様が楽しんでいただけるレクリエーションを考えていきます。

## 入所



## 行事食の紹介



- ～お品書き～
- ・さくらごはんのうな丼
  - ・すまし汁
  - ・なます
  - ・フルーツカクテル缶



七月二十四日は「土曜の丑の日」ということで、お昼に「うなぎ」を提供しました。  
スタミナ満点なうなぎ。栄養価のある食事を取って、季節の変わり目に向けた体力を食事で付けていきたいと思えます。  
「とっても美味しい」と嬉しそうに食事されていました。

## 理学療法士によるワンポイントアドバイス

「ひとりでできる！お家リハビリ」

高齢になるにつれて、足の筋力が低下し、転倒してしまう可能性があります。転倒に関与する身体要因には、筋力低下の他に、バランス能力の低下、歩行能力の低下があります。そこで、転倒予防のご自宅でも座ったままできる運動をご紹介します。

### 【転倒対策・座ったままできる運動】

- ① つま先の上げ下げ
- ② かかとの上げ下げ
- ③ 膝を伸ばして3秒キープ



両足を軽く前に出し、つま先を上げ下げする

かかとをしっかりと上げて、かかとを下ろします

両足を軽く前に出し、つま先を上げ下げする



なんちゃって居酒屋



おしながき  
焼鳥、とり皮、お刺身、お寿司、ツレ、海鮮丼、冷やし奴、お漬物、枝豆、スイカ



七夕飾り作成&見学

七月から利用者様とともに作成していた七夕飾りが、帯広広小路商店街に八月二日から七日までの六日間飾られました。

デイケアでは、外出リハビリを兼ねて四日間にわたり利用者様と見学して来ました。見学した利用者様は昔の七夕祭りのイメージが強く、飾りの少なさにガッカリしておられました。その中でもアンダンテの七夕飾りが一番と言って頂き、作成に携わった利用者様と職員はとても嬉しく感じ、良い笑顔で写真を撮る事ができました。

七夕飾りの作成は大変でしたが、作成から見学まで全てがリハビリに通じ、利用者様同様、職員にとっても得るものが大きかったと思います。



八月二十三日、デイケア行事として「なんちゃって居酒屋 アンダンテ」を開催しました。行事で居酒屋を行うのは初めての事で、昭和の居酒屋をイメージしてメニューや飾りつけ等を工夫し、飲み物はノンアルコールで居酒屋の雰囲気を作り、焼き鳥等は利用者様と協力して五種類を炭火で焼いて提供いたしました。約一時間半と限られた時間でしたが、皆でカラオケをし、おまみを食べながら沢山コミュニケーションを取ることができ、リハビリ効果はもちろんのこと、更にデイケアに通いたくなる気分の高揚効果があったことと思います。

社会福祉法人 光寿会  
第29回  
学習療法地域交流会  
逆参観日  
日時：令和6年11月17日(日)  
13:30~15:30  
場所：ケアステーション アンダンテ

皆様のご参加お待ちしております！  
詳細はホームページ等でご確認ください



新人歓迎会

六月十三日、ホテル日航ノースランド帯広様で新人歓迎会を行いました。毎年恒例の新人職員に関するクイズ大会も実施し、とても盛り上がりました。今年の新人歓迎会も、たくさんの交流ができました。新しい力も加わり、光寿会の全職員と力を合わせて、これからも世界一の介護を目指していきます。

