

菜の花だより

〒448-0003 愛知県刈谷市一ツ木町4丁目41番地4

医療法人豊田会
介護老人保健施設 **ハビリス 一ツ木**

TEL <0566> 29-3611
FAX <0566> 29-3621
E-mail: habirisu@dream.ocn.ne.jp
<http://www.toyota-kai.or.jp>

2023年2月号

第88号

編集：ハビリス広報委員会

菜の花について

みなさまは、ハビリス一ツ木のロゴマーク(※1)に使用している花名をご存じですか？それは、菜の花です。菜の花は、今の時期2月から3月に咲き、春の訪れを感じさせてくれますね。「菜の花畠に～」で始まるおぼろ月夜を聴けば、日本人のだれしもが春の風景を思い浮かべるのではないのでしょうか。

菜の花は、河川敷に咲いている河津桜とのコントラストがとてもきれいで、私の大好きな花の一つです。なぜ、菜の花は、河川敷に広がっているのでしょうか？少し、調べてみました。それは、昔、大量の菜種油や食用とするために植えられた菜の花が帰化したり、他のアブラナ科の植物として交雑して今も生き残っているそうです。また、菜の花は、観賞用と菜種油の原料となるナタネ、食用のナバナなどがあり、それぞれ品種は異なります。野菜(菜っ葉)の花という意味から「菜の花」という名前がついたそうです。

スーパーなどで売られている菜の花は、食用に品種改良されたものです。開花する前のつぼみの状態で収穫する方が、苦みが少なくやわらかいため、美味しくいただけます。もし、採り遅れて苦みが増しても、観賞用として花瓶に飾ることができます。花瓶に生けても簡単には枯れず、長く楽しめることも菜の花の良いところだと思います。観賞といえば、やはり菜の花畑ですね。愛知県内では、伊良湖菜の花ガーデンや愛知牧場、庄内緑地公園などの菜の花畑が有名です。少し暖かくなりましたら、ぜひお出かけしてみたいはいかがでしょうか。

菜の花は、ハビリスのシンボルフラワーとして、いくつか使われています。ハビリスの1階玄関を入ると吹き抜けの大きなホールがあります。このホールは、「菜の花ホール」と名付けられています。また、このお便りは、「菜の花だより」といいます。玄関前にある大きな黄色のオブジェは、彫刻家の河崎良行(かわさきりょうこう)さんの作品です。題名は「空間のシンフォニー」(※2)といえます。黄色は、菜の花をイメージしているのかもしれませんが。

菜の花の花言葉は、「快活」「明るさ」。コロナ禍になり、ここ3年間は秋祭りや遠足の中止、クラスターの発生など、明るい話題から遠ざかっていました。しかし、今年は、職員一同力を合わせ、花言葉のように、みなさまに明るい話題と元気をお届けしたいと強く思います。



看護介護部長

夏目美恵子

※1



※2



各フロア取り組みや行事について紹介します

デイケア 新年会



デイケアでは今年度も新年会を開催しました。「サイコロふってでた数のトイレットペーパーをプレゼント!」の企画では利用者様の熱き戦いが繰り広げられました。そして職員によるダンスでは利用者様の声援と大笑いで大盛り上がりな新年を迎えることができました。

デイケア 八木 朝子

1-3F クリスマス会



12月23日にクリスマス会を行いました。

午前は、物送りゲームを行いました。2チームに分かれて、クリスマスツリーやリースなどを送り、その速さを競って大いに盛り上がりました。

午後はクリスマスケーキを食べていただきました。普段食べられないケーキは好評で、利用者様が「美味しい」と素敵な笑顔が見られました。

一日を通して、みんなで楽しくクリスマス気分を味わうことができました。

1棟3階 藤部 柚依

1-2F 大運動会



1棟2階では秋の大運動会を開催しました。種目は『チーム対抗の紅白玉送りゲーム』を行いました。皆様、チームワークよく、「ほれ、あんたの番だよ!」等、声を掛け合いながら、次へ次へと紅白の玉を送られていました。競技が終了した際は勝敗にかかわらず、お互いの健闘を称えあうことができました。利用者の皆様の笑顔を沢山みることが出来、充実した運動会になりました。

1棟2階 加藤 文子

1-4F クリスマス会



3年ぶりに、街のイルミネーションが戻ってきた様です。

1棟4階の利用者様のもとにもサンタがやってきました。クリスマスにまつわる楽しいお話で盛り上がり、リコーダーと鈴やタンバリンで『きよしこの夜』をみんなで演奏しました。締めくくりは大きく引き大会。プレゼントを受け取った皆様の表情は、まるで子供の頃に戻ったような笑顔でした。とても賑やかなクリスマス会となりました。

1棟4階 古澤 史絵

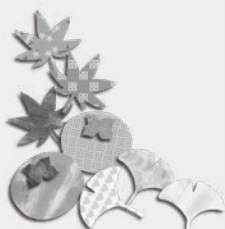


2-2F

貼り絵レク

日本赤十字豊田看護学校の看護学生さんが、紅葉の貼り絵レクを企画して実施してくれました。女性利用者様はもちろん、普段あまりレクに参加されない男性利用者様も、目をキラキラさせて積極的に取り組んでくれました。

2棟2階 杉本 由梨



特別な食事の提供について③

～ 腎 臓 病 食 ～

ハビリスーツ木で提供している特別な食事の中から、今回は腎臓病食について紹介します。腎臓の機能が低下している方は、塩分制限に加え、たんぱく質、カリウム、リンの制限も必要な場合があります。

塩分については、前回紹介した減塩食と同様に、汁物の量を調整したり塩分の多い料理を別の料理に変更したりしています。

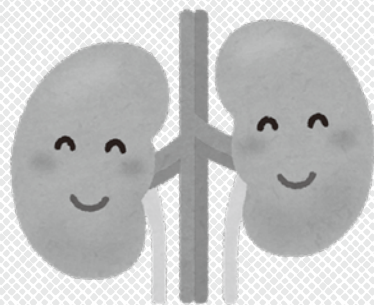
たんぱく質は、肉や魚、卵、大豆製品などのメイン料理に使われる食材に多く含まれているため、たんぱく質制限が必要な方にはメイン料理の量を調整して提供しています。

カリウムは、生野菜や生果物に多く含まれているため、野菜は茹でこぼしてから調理し、特にカリウムの多いバナナ等は別のものへ変更しています。

リンは、肉や魚などにも多く含まれていますが、乳製品にも多く含まれているため、リンの少ない飲料に変更するなどしています。

これらの調整を行うことで、腎臓への負担を和らげながら、必要なエネルギーを確保できるよう工夫しています。

管理栄養士 林 かおり



新しい取り組みを始めています



当施設では、デイケアご利用者様の満足度向上のため、各職種で協力して新しい取り組みを始めています。その中の一部を、ご紹介させていただきます。

医師等による疾病管理

当施設には医師や看護師、管理栄養士、理学療法士、作業療法士などの医療職が勤務しています。病気について、適切な管理や予防をお手伝いします。お気軽にご相談ください。

要支援認定の方を対象に半日コース

2月より、要支援認定をお持ちの方を対象に、半日コースが利用できるようになりました。

1日コースが9:30～15:45、半日コースが9:45～13:30です。昼食を提供し、当施設で送迎させていただきます。



お試し利用

ご利用を迷っている方を対象に、事前に日程調整を行い、10:00～14:00でご利用いただけます。施設内の見学やリハビリトレーニングの体験、昼食や飲み物を提供し、当施設で送迎をいたします。



送迎付きショートステイ

デイケア利用中の方は、ショートステイ利用時に送迎をさせていただきます。今までのように、ご家族に來所していただく必要がありません。年末年始や

日曜日を除く、デイケア稼働日が対象になります。デイケア利用時と同じ時間帯に送迎し、送迎費用はいただきません。

今後も、利用者様に満足いただけるようなサービスの提供を検討していきます。現在ご利用いただいている方だけではなく、ご家族様やお知り合いの方で、ご利用希望の方がいましたら、相談員までお気軽にお問い合わせください。

医療社会福祉部 山内 浩子

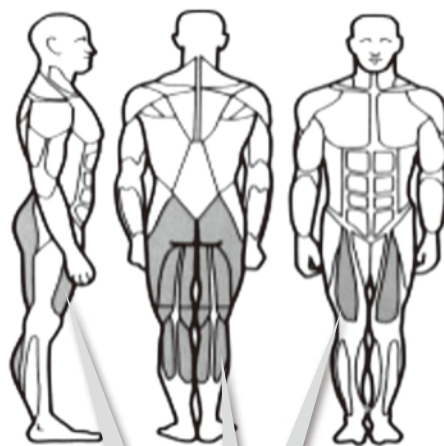
リハビリだより

トレーニングマシンのご紹介

マシン紹介

レッグプレス

両足で台を押すと座っている座席が動いて、足のトレーニングを行えます。おもりを変えられるので、重さを変更して利用者さまに合った負荷で運動を行うことができます。



足の筋肉に効果あり

高齢になっても適切な筋力トレーニングを行うことで、筋力増強の効果が得られます。一般的な筋力トレーニングでは、強い負荷を筋肉に与えるトレーニングが有効であるとされていますが、高齢になると筋肉が傷つきやすく、怪我や関節の痛みなどが生じる可能性があります。そのため利用者様にあった負荷の調整が必要です。ハビリスーツ木ではリハビリスタッフが個々の利用者様に合った負荷を設定し、トレーニングを行っています。

理学療法士 中川 淑江

編集 後記

今年は卯年です。うさぎは跳躍力に長けていることから、飛躍や向上の象徴とされ、新しいことに挑戦するのに最適な年と言われているそうです。皆様にとっていい年になりますよう、お祈りいたします。

広報委員会

お問い合わせ



医療法人豊田会 介護老人保健施設

ハビリスーツ木

〒448-0003

愛知県刈谷市一ツ木町4丁目41番地4

TEL.0566-29-3611

FAX.0566-29-3621

<http://www.toyota-kai.or.jp>