



ハッピーハロウィン!!!

10月30日にハロウィンイベントが行われました🎃

施設内は数日前から飾りつけがされていて、ハロウィンの雰囲気になっていました。

入所フロアでは職員と利用者様が仮装して記念撮影！角やリボンのついたカチューシャや魔女の帽子などを選び、ノリノリで仮装をして写真にうつられる利用者様がいらっしゃいました(^_^)



おやつはかぼちゃのババロアが提供されました。「美味しい！」「かぼちゃのデザートが出て嬉しい！」と特別なおやつに喜ばれる声が多く聞かれました！



ハロウィンは元々馴染みのない利用者様も多くいらっしゃいましたが、皆様仮装やお菓子の普段と違う雰囲気に新鮮な気持ちで楽しまれている様子でした(*^▽^*)

デイケアでは、風船を的にして射的を行ったり、ピンにお化けを貼り付け、皆様に倒して頂きました。なかなか、風船が倒れず苦戦されている方、ピンを上手に倒してストライクを頻繁に出していらっしゃる方など、皆様楽しく参加してくださいました。作業療法士 高橋 優香



通所リハマネジメント活動報告

デイケアにて、10月に調理訓練で酒まんじゅう作りを行いました。その時の活動報告です。とても好評頂きました。



vol.62

リハマネ活動レポート

第4弾 調理訓練

今回調理訓練で作ったのは「酒まんじゅう」！
前回に引き続き多くの方が参加しました！

栄養科&リハ科共同企画第4弾は、「酒まんじゅう」になりました。今回の参加者は約20名ものご利用者様に参加して頂きました！前回メロンパンの生地作りをした際、「酒まんじゅうなら作ったことある」とお話がいくつか上がったので決まりました！

今回は数名経験者がいる為、手際よく作られた方も多いです。生地を練って成形し、あんこも同じく包みやすいように丸くして、生地で包んで…といった作業工程でした。作ったことないとおっしゃられていた方も綺麗に成形できたと思います！

あとは栄養科の方で蒸して完成！夕方ごろに皆さんに5個ずつ作った酒まんじゅうをお配りしました。

「孫が喜んでくれたよ！」「家族と分けて食べた！」「包むのが大変だったけど楽しかった！」等たくさんの方が声を聞かれました。次回は「干し柿」です！



おやつレク(3階707)

10月21日、3階707ではおやつレクリエーションとして、プリンを提供させていただきました。

トッピングとしてカスター、ホイップクリーム、チョコのカラーズプレー、イチゴソース、チョコレートソースのフレーバーと果物のチェリーを添えます。

皆様、「何にしようかな?」「全部つけちゃおうかな」と思い思いにトッピングされていました。

生き生きと嬉しそうなお顔が見られて、提供している私達職員も嬉しい気持ちになりました。またこのような美味しく楽しいおやつレクを企画して皆様に喜んで頂きたいなと思います。



介護福祉士 吉村 優子



川口地区健康講座



毎年、1年に3回開催している「川口地区健康講座」を10月31日(木)に川口事務所にて実施しました。今回の甘楽施設長による講義は、前回の講義後のアンケートのご要望に応えるかたちで「フレイルについて」の講義です。フレイルになるとどうなるのか、その予防方法などの話があり、皆様、熱心に公聴されていました。

後半は療養部による「ラッタッタ体操」です。呼吸ストレッチ体操で、身体のストレッチはもちろん、リラッ

クス効果もあります。YouTubeでも動画が公開されているので興味のあるかたは検索してみてもいかがでしょうか!?

次回は来年の2/21に開催予定です。興味のあるかたは、ご参加お待ちしております。

看護師 大庭 篤志

施設内消防訓練

10月29日に消防訓練が行われました。

今回は避難訓練のほかに通報訓練、消火訓練を実施しました。事務所、通所、入所ごとにそれぞれ訓練の流れを変えて、いつもと違った内容の訓練を取り入れて行いました。予定よりも早く避難完了でき、無事に訓練を実施することが出来ました。



今回の反省点を次回の訓練に活かし、より良い訓練を行い、万が一の時にご利用者様の安全と安心を守ることができるよう、職員は日々努力しております。管理栄養士 山本 麻美

上川ふれあい健康祭り

10月27日に“第15回 上川ふれあい健康祭り”が八王子市立上川口小学校にて催されました。このお祭りでは地域住民の健康の維持・促進を目的に例年3町会（東部町会、中部町会、西部町会）合同で開催されており、赤ちゃんからご高齢の方まで幅広い年代の方々が参加されています。



内容は町会対抗で何種目かの競技を行う少し小規模な運動会といった感じですが、玉入れなど一般的な競技だけではなく、亀（ぬいぐるみ）を早く救ったチームの勝ちなど、ユニークなオリジナル種目も多くなっています。競技の他にも、上川こども獅子の披露や民謡踊りなどがあり、競技に参加しない方も一緒に楽しみやすくなっているのがこのお祭りの魅力の1つであると感じます。

私は昨年に続き2度目の参加でありましたが、昨年同様に活気に満ちた雰囲気にも元気をもらうことができ、とても楽しませていただきました。



又、西八王子病院、ウエストケアセンターからは「健康チェックコーナー」と「相談コーナー」のブースを設けさせていただきました。健康チェックコーナーでは“骨密度”、“血液サラサラチェック”、“動脈硬化測定（ABI）”、“血圧測定”、“身長測定”、“体重測定”、“腹囲測定”などを行いました。

昨年も測定をされていた方は1年間での変化が数字として客観的に表されるため、地域の方々にとって健康診断のような役割も果たしているように感じました。

相談コーナーでは看護師、栄養士等の専門職が、健康相談と栄養相談にそれぞれ対応させていただきました。皆さま健康に対する意識が高く、相談コーナーには一時人だかりが出来ておりました。

所々激しい運動もありましたが全行程がケガ人なく無事に終了してよかったです。企画運営に携わられた町会の方々、三葉会の方々大変おつかれさまでしたm(_ _)m 競技種目が生活に結びついた内容であったり、古き伝統の中にも新しい要素を取り入れたりと上川町会の良さが詰まった催しであったと思います。しかし、年々参加者が減少してきているとのことですので、来年はこの記事を読まれている方の数人でも参加されるきっかけになれば嬉しく思います。理学療法士 山中 遼太

11月の行事は… 運動会

3階707 11/18(月) 4階707 11/16(土) 5階707 11/12(火) デイケア 11/9(土)

【編集後記】 秋も深まり、夜など、寒さが身に染みてくるようになりました。暖かい時間帯に紅葉を見に行くのも良いですね。防寒対策を行い、風邪などひかないよう、ご注意ください。

ウエストケアセンター広報委員会一同

発行元 介護老人保健施設ウエストケアセンター

発行年月日 令和六年十一月十二日

〒192-0151 東京都八王子市上川町 2135

TEL:042(654)5511

Fax:042(654)7716

(ホームページ) <https://west-care.jp/>

(Instagram) <https://www.instagram.com/westcarecenter/>



WESTCARECENTER