



みなさま、こんにちは！

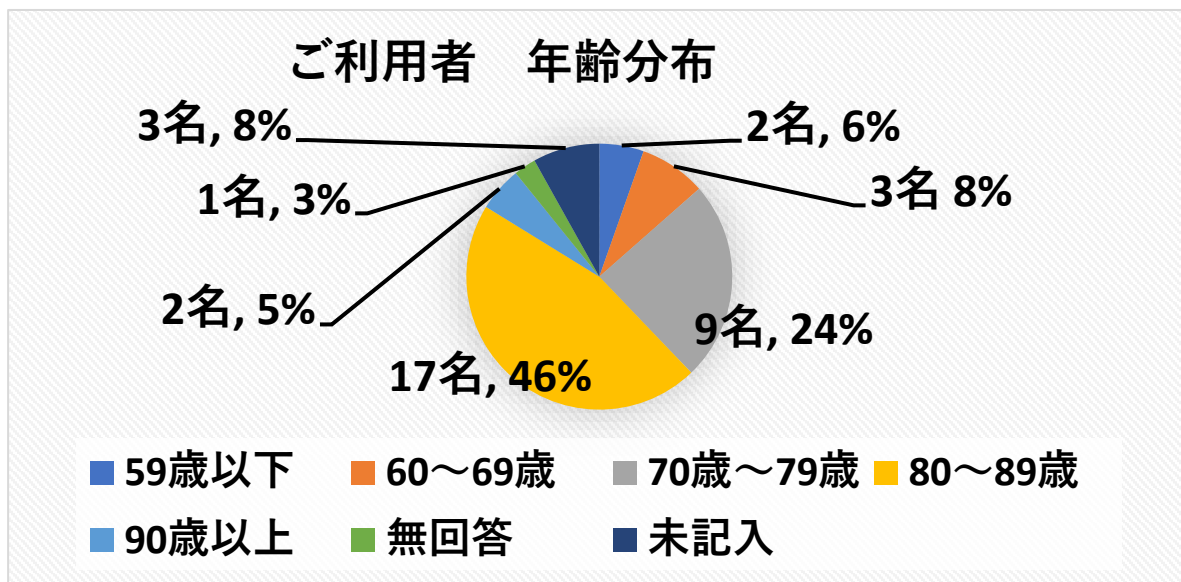
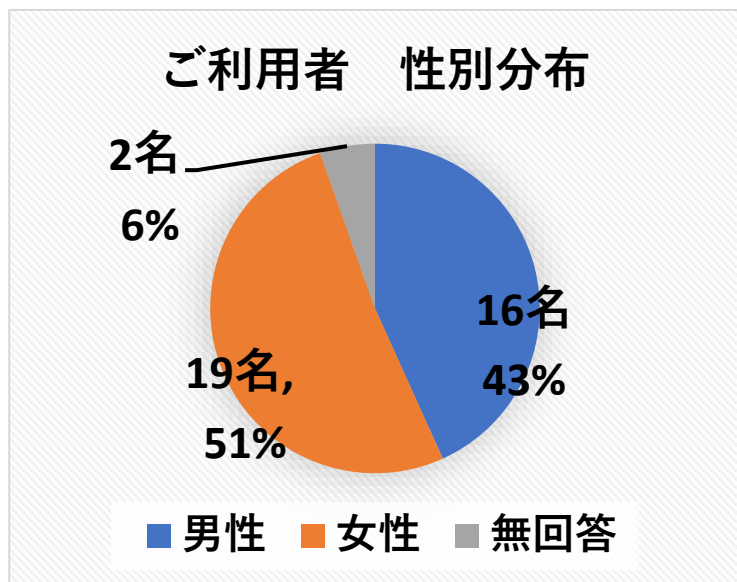
朝晩がかなり冷え込むようになりました。インフルエンザワクチン接種も始まり、一気に冬に向かっていくように思います。少し前まで、皆様ご滞在中に冷たいお茶を好まれていましたが、最近は温かいお茶が主流になり、当施設内でも季節が移り変わってきているのを感じます。

お散歩など、外出しやすい季節になってきています。近隣の催しもふえてきているのではないのでしょうか。外出するご用事を頑張って見つけてみませんか？

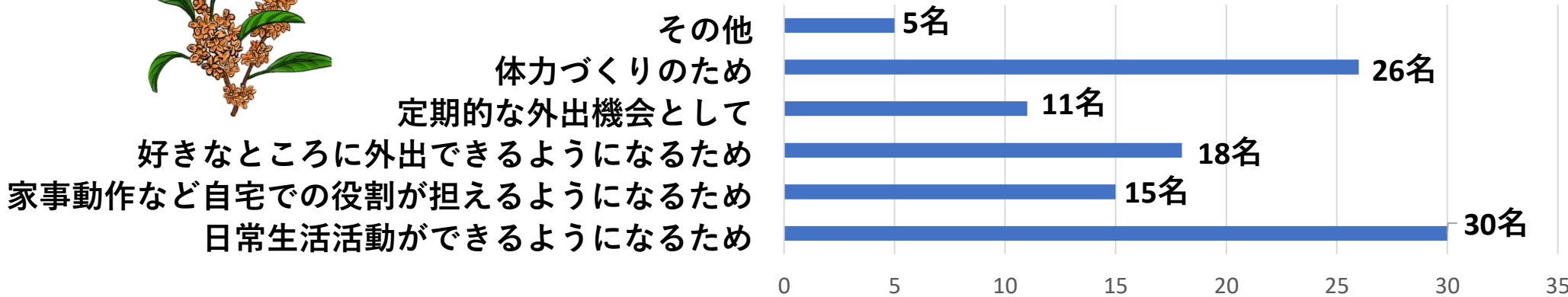
ご利用者アンケートご報告 第1弾

どのような方がご利用中でしょうか？

2023年9月末現在 対象数 40名 ご回答者 37名 回収率92.5%
男性16名 女性19名 無回答2名
主なご利用者年齢層 80歳～89歳 17名 70歳～79歳 9名



通所リハのご利用目的 複数回答



おいしいお食事、美味しく召し上がっていらっしゃいますか？

食欲の秋・・・に限りませんが、お食事は大切な体調管理の一部です。高級外車もガソリンがなければ動かないのと同じように、私たちも、食事によるエネルギー補給がなければ動くことができないためです。

意外かもしれませんが、お茶やお食事を飲み込むことも、大切な活動です。そして適切な筋力がなければ、食事を飲み込むことが難しくなるものです。

そこで、現在ご利用いただいている皆様全員を対象に、お食事を召し上がることに
関するお困りごとが生じていないか、問診またはアンケート調査を行う予定です。
詳細は実施時にご説明いたしますので、ご協力のほど、よろしくお願いいたします。



10月のレクリエーション：〇野さんのへそくりを探せ!!

天候に比較的恵まれて、公園内の不整地を歩きました。地面のでこぼこよりも、元気に飛び回る子どもたちにぶつからないように（ぶつけられないように・・・かもしれません）歩くほうが大変だったように思います。前回の外出時よりも、皆様効率的かつ速足で歩くことができている、驚きました。

☆評価ポイント☆

①不整地でも足を取られない、バランス能力・歩行能力

勾配への配慮、凹凸に躓かないこと、また躓いてもご自身で踏ん張ることができるかどうかを、確認していました。

②ご自身の疲労や能力に基づき、歩行可能か自己判断する能力

日常生活においては、ご自身の体調はご自身で判断し活動する必要があります。複数回ご参加いただいた方は、前回の参加状況を踏まえて安全管理をすることが可能か、また、初めて参加する方は、ご自身の状態に合わせて距離等を適切に自己判断することができるかを確認していました。



今月のお花

キンモクセイ
(金木犀)



秋に甘く、優しい香りを漂わせます。リラックス効果や安眠効果があるというもの、うなずけます。

別名は木犀花（もくせい）か。動物のサイの皮膚と金木犀の樹皮が似ていることが由来だそうです。

開花時期が長くても一週間程度と短く、香水としても高級品です。

散歩ついでに香りを探してみるのも良い季節ですね。

11月の予定 イベント情報

11月23日（木・祝）

～11月29日（水）

レクリエーション

「秋の大運動会」

11月16日（木）～11月22日（水）

診察・リハビリテーション会議（日程は個別にお知らせします）

11月のレクリエーションは

「秋の大運動会」です

遅まきながら、運動会を開催いたします。とはいえ、狭い屋内ですので、障害物競走を行いたいと思っております。

どんな障害物かは当日のお楽しみです。全身を使って応用的な動作が安全に行うことができるか、ご自分の体を効率的に動かせるように挑戦してみましよう。

編集後記

今年も早いものであと2か月となりました。紅葉の便りとインフルエンザの予防接種時期が重なる最近の時間の流れに、秋がなくて冬になってしまいそうな何となく違和感を感じてしまいます。銀杏並木もめっきり少なくなりました。

世の中は騒がしいですが、自分たちの周りくらいは、皆様とともに、ほっと一息つくことのできる風を感じられることを願っております。（K.A）