

夏祭り特集号

まだまだ暑い日が続きますが、そんな暑さも吹き飛んでしまいうくらいの盛り上がりを見せる、毎年恒例「セントラル堀田夏祭り」が8月27日（日）に開催されました。

お祭りになりました。バンド演奏や歌謡ショーは午後からでしたが、「早く聴きたいね」と皆さん朝からソワソワ。午後の部となり生バンド「ニューフロンティア」様の演奏が始まり、ラテン系の曲や「ダイアナ」等、計7曲を披露して下さいました。

祭りマンボ」「ふるさと」を歌って下さいました。豊光様は北島三郎の歌の大会で優勝されたご経験のある方。その歌声はさすがの迫力で、皆様を魅了していました。



「こんなお祭りだったら毎日でもいいね」なんて、ちよっと欲張り？（笑）な利用者様もお見かけしました。



恋ダンス

毎年恒例の職員による出し物。今年は「恋ダンス」に決定。

春先から練習に練習を重ねて頑張りました！



リハーサル風景

本番直前。ドキドキしながら練習の成果をお披露目する時を待ちます。



さあいよいよ本番開始！

観客の皆さんから大きな拍手をいただき、職員もノリノリ！



ダンスが終わると、館内は大きな拍手と歓声で一杯となり大成功！来年も楽しみにして下さいね。

日舞

いつもニコニコ笑顔の職員渡辺さん。普段は冗談ばかり言っているのに、この日ばかりは違います。凛々しい姿に皆が息をのみました。



模擬店

飲食の模擬店では、お好み焼き、唐揚げ、アイス、パンケーキ、おしるこ、フルーツ、枝豆、ドリンク（りんごジュース、オレンジジュース、サイダー、ビール）を提供させていただきました。



手作りのお好み焼き

ご家族様がいらして下さった利用者様はご家族様と、ご家族様の都合がつかなかった利用者の方には職員がついて、模擬店を見て回りました。年に一度のお祭り。気持ちがあふれているのか、どこかソワソワした様子。



普段の食事では中々味わう事のできないメニューに利用者様もニッコリ。「何を食べようかな」「全部食べたいなあ」と楽しげに、どれを食べようかと思案する皆様。列に並ぶのも、出上がるのを待つのもどこか楽しげです。

その年毎に、皆様のご要望を聞いた上で模擬店の内容を決めますので、どんなお店が出るのかは毎年違ってきます。

来年はどんなお店が出るのか、楽しみにお待ちいただけばと思います。



のど自慢大会

毎年恒例となっている「のど自慢大会」。今回は4名の方に参加していただきました。

今回の「のど自慢大会」では、まず最初に会場にいらした利用者様全員に「ふるさと」を合唱していただき、始まりました。

大会に参加された利用者様は、全員この日の為に歌の練習をされてきました。その努力を労うかのように、歌の後には拍手喝采。つられて口ずさむ利用者様もいらっしやいました。



デイケア夏祭り

今年も8月21日〜24日の5日間をかけて、デイケア夏祭りを開催致しました。今回は、スタッフも全員お揃いのはっぴTシャツを着

て、やる気満々です。



プログラムは、ゲーム大会・軽食タイム・カラオケ de 体操の三本立てです。

ゲーム大会は、ボーリングと魚つりでした。

ボーリングでは、いつもは物静かな利用者様がストライクを出されて大喝采を受けられました。



魚つりでは、スタッフの静止の声も耳に入らず、スタート前からどんどん魚を釣り上げてしまわれる利用者様が連続しました。

いつもは、ゲームレクには乗り気でない方も、この時ばかりはと一生懸命参加して下さり、大いに盛り上がり、上位の方とブービー

の方には、ささやかながら賞品もありの、大変白熱したゲーム大会となりました。



そして、ゲームの後は、お楽しみみの屋台風軽食タイムです。メニューは、そうめん・焼きそば・ウインナー・ハッシュドポテト・卵豆腐・水ようかんアイス 添え・甘酒など、豪華版! もう夏祭りの雰囲気満載でした。



ラストは、カラオケに合わせたの体操です。

曲目はサザエさん体操・青い山脈・高原列車の三曲です。サザエさん体操は、夏祭りに向けて、一か月半近く練習を重ねてきたの

で、早いテンポの曲に合わせて、上手に体操が出来ました。



青い山脈と高原列車は、去年に続き2回目、いつも定期的な練習しているので利用者様もお手のものです。手作りの、ステイックと、手染めの黄色いハンカチを片手に、華麗に踊りました。



最後に、女性の利用者様にはスタッフ手作りのヘアピンのプレゼントもあり、大盛り上がりで幕を閉じました。

*掲載されている写真はご本人様、ご家族様の承諾を頂き、掲載しております。

事務所だより

介護支援専門員の富田です。レクリエーション委員を担当しています。

今年の一月から福祉ネイリストの方にボランティアで来て頂いています。ネイルは昔からありますが、最近ネイル後に花柄やイラストが画かれます。とても喜ばれる利用者様もみえますが、ビックリされて、すぐに消してしまう方もみえます。「これでは米がとげんねー」と言われる方もみえます。利点としては手軽のおしゃれができてQOLの向上が期待できるという研究の結果がでています。一度も体験されていない方は、是非一度お試下さい。次回は9月26日(火)の予定です。

リハ通信

【訪問リハビリ】

当施設では、入所や通所のご利用者様に対する施設内でのリハビリの他に、ご自宅へうかがい実際の生活

環境の中でのリハビリも行っていきます。

身体機能・認知機能の低下により在宅での日常生活に不安がある方が安心して今後在宅生活を維持していただけることを目的としたリハビリ、病院や施設から在宅生活へ戻られる際の環境設定や1度離れた在宅での日常生活が再び安定する事を目的としたリハビリ、何らかの理由で外出が困難な方へのリハビリ等をご自宅に訪問し、行っていきます。

セントラル堀田から在宅へ帰られる際に、日常生活に不安がある利用者様、ご家族は、相談やご利用を考えてみてはいかがでしょうか。



管理栄養士の栄養ワンポイントメモ

【きのこの魅力】

9月に入り、朝夕は少し

秋の気配が感じられるようになりました。今では旬の時期に関わらず、ほとんどの食材が通年市場に出回っています。皆さんご存知の通り、きのこの旬は9月からです。

きのこは低カロリーで食物繊維が豊富、ビタミンB1、B2やカリウムを多く含みます。きのこことひとくりに言っても、種類によつて栄養成分も異なるので少し紹介したいと思えます。

中でも一番低カロリーなものは、マッシュルーム。食物繊維が一豊富なものは、松茸。ビタミンB1・B2が多いものは、まいたけ。カリウムを多く含むものは、エリンギ。

食物繊維は便通の改善に効果的であり、ビタミンB2は細胞の再生や、脂肪・糖質の代謝に関わるので、老化防止のためにも、ぜひ摂取したい栄養素です。カリウムは、体内の余計な塩分を排出する働きがある為、高血圧の方にオススメです。

の栄養素です。



編集後記

少しずつ涼しくなり、いつの間にかセミの声が聞こえなくなりました。

今年の夏は雨の日が多く、気温も上がらずあまり盛り上がりなかつたような気がします。

でも、8月27日のセントラル堀田は違います！毎年恒例の夏祭りで大いに盛り上がりました。

この日のため職員は春から準備を進めてきました。これも皆様に楽しんでいただきたい一心から。ご家族様も多数来ていただき、感謝の気持ちでいっぱいです。

夏の終わりの思い出になればこれ以上うれしいことはありません。来年も期待してください。

施設長 西本潤子