

きらりと光るシルバーライフを応援します。



リバーサイド中広通信



RIVERSIDE NAKAHIRO COMMUNICATION

編集発行 / 社会福祉法人藤愛会 〒733-0012 広島市西区中広町2丁目15-15 Tel.082-235-0788

敬老会

いつまでもお元気で

リバーサイド中広特別養護老人ホーム

(従来型・地域密着型)

本年も敬老の日に併せて、入所者様のご長寿のお祝いを致しました。まず、敬老の日に先立ち、今年100歳をお迎えになられる方への記念品贈呈が行われました。当日は、お



二人の広島市職員の方がご来所され、ご家族・施設職員立会いの元、内閣総理大臣及び広島市長からの記念品を受け取られました。改めてお祝い申し上げます。9月19日には、毎年恒例となっておりますフラダンスとハワイアンバンドによる演奏の披露がありました。施設開設当初から敬老の日に合わせて毎年お越し頂いており、入所者様、デイサービスご利用者様共に大変楽しみにして

ておられる行事です。演奏に合わせて歌を口ずさんだり、一緒に上半身を動かされたり、とても楽しんでおられ、普段以上の明るい表情に我々もうれしく思いました。また、地域密着型特養では、ご家族様と共に食事会並びに大正琴演奏会を行いました。ご家族に囲まれ、心からの笑顔を浮かべておられる様子を見て、職員一同大変うれしく思いました。来年も皆様と一緒に敬老のお祝いが出来まうように願っています。

リバーサイド中広デイサービス

敬老の日が近づいてくると、リバーサイド中広は大忙しです。スタッフの芸はもちろん、今年は昨年より多くの慰問の方に敬老会を盛り上げて頂きました。一慰問の中には、初めてお越し頂いた



グループもあり、中でもエレクトーンの慰問では、ピアノとは違った音色に聞き惚れてしまいました。間違いない、今年の敬老会も見て楽しい、聞いて楽しい会となりました！

さて、リバーサイド中広では毎年「ご長寿番付」をつけています。今年の「横綱」は、12月に103歳を迎えられる女性(何事にも真剣に取り組まれるお姿にスタッフも尊敬の念を抱くばかりです)。「大関」は、同じく女性

で今年100歳を迎えられます(笑い上戸の優しい方。周りを和ませる話し方は見習いたいものです)。その後は、95歳以上(男性1名、女性7名)が続きます。皆様気分は20歳のまま！番付を見て「あっ、私が前頭に入っている！」「もう、そんな歳になったのね！」と驚かれます。そんな素敵な皆様のご健康とご多幸をお祝い出来ましたこと、心より感謝致します。また来年もよろしくお願致します。

奇贈品のご報告とお礼

「敬老の日」に際し、各方面より奇贈品を頂戴致しました。心より感謝申し上げます。

- (株)アステイ様より バスタオル
- JA広島横川支店様より ジュース



今後の予定 Schedule

リバーサイド中広デイサービス

今年も残りわずかとなりました。リバーサイド中広では年の最後まで楽しく過ごして頂けるよう既に企画を進めています。

12月の行事では、お楽しみ会を予定し、慰問や鍋パーティーをしたいと考えています。皆で大笑いして、良い年の瀬を過ごすことが出来たと思っ頂けるように頑張ります！当日は、ご期待下さい。



ハレクプナデイサービス

12月は忘年会を予定しています。ハレクプナでは、毎年お鍋を手作りしています。一人暮らしの方は皆で鍋をつつく事も珍しく、また最近では色々な味を楽しめるため、大変好評です。美味しい鍋を作って、皆で一年の苦勞を忘れましょう。



グループホーム/デイサービスセンター

ハレクプナ Hale Kupuna

広島市西区山手町19-3
☎082-503-0081 Fax.082-503-0082

営業日 月～金曜日(祝日も営業、12/29～1/3休業)
営業時間 8:30～17:30(サービス提供は9:30～15:30)

特別養護老人ホーム/ショートステイ
デイサービスセンター/居宅介護支援事業所

リバーサイド中広

広島市西区中広町2-15-15
☎082-235-0788 Fax.082-235-2341

営業日 毎日(祝日も営業、12/29～1/3休業)
営業時間 8:30～17:30(サービス提供は9:30～16:30)

外出レクリエーション

マリーナホップへ行ききました。爽やかな海風を感じながら、おやつを食べたり、ミニ水族館で生き物に触れたり、楽しい時間を過ごすことが出来ました。施設内とは違った皆様のご様子もとても新鮮に感じました。寒くなる前にたくさんお出掛けしましょうね！



日々の風景

先日、輪投げや箱積みなど複数の種目で皆様と競って頂き、得点上位の方へは手作りのメダルをお渡しするゲームを行いました。楽しんで体を動かすことで、いつでも元気に過ごして頂けると思います。おすめのレクリエーションがあれば是非教えてください。



デイサービスの日常

今年のデイサービスの話題ナンバーワンは「カープ」！10月には、皆様にユニフォームを着て頂き「カープ優勝記念」の行事を行いました。これからもカープファンのように、職員・ご利用者様の心を一つにして楽しんでいきたいと思っています。



秋の味覚

「珍しいね」と、皆様が喜ばれたのは、ある日の昼食のメニュー。蓋を開けると、米が見えないくらい大きなさつまいろがゴロゴロ。「美味しい」「芋が大きい」と、皆様、ほぼ完食されました。なっ！何と！そのさつまいろ、デイサービス裏の畑で収穫された芋なのです。秋はおいしい物が盛りだくさん。次は何が出てくるか、ご期待下さい。ご馳走様でした。



パッチワーク教室

今回は、リボンや飾りボタンを使ってのブローチ作りでした。普段、縫い物は得意じゃないと言われる方も今回は「針を使わないから」ということでたくさん参加され、楽しめました。外出の際にさっそく愛用して下さっています。



お彼岸

ハレ・クプナでは、毎年お彼岸にはおはぎ作りをしています。小豆の朱色は災難から身を守るという意味があり、そこからお彼岸にはおはぎを作るのだそうです。お墓参りにはなかなか出かけられませんが、おはぎを作ってご先祖の供養、感謝の気持ちとなればと思います。



芋掘り

駐車場の畑の芋が育ち、グループホームの皆様と一緒に芋掘りを行いました。今年は雨の日が多く「芋が小さいかも」と心配していましたが、沢山収穫出来ました。「焼き芋」「天ぷら」のリクエストが多かったようです。美味しく頂きましょうね！



書道クラブ

「ええ、今日は書道？」と言いなながらも、皆様真剣に取り組みます。子どもの時に習った「習字」とは違い、自分の自由に筆を動かすのが「書道」なのだとか。墨の匂いの中、中々頭が切れるのが出来る効果も期待出来る「そつですよ！」



Health Column: サイレント・キラーに注意！

寒くなると、体温を逃がさないように、血管が収縮するため血圧が上がります。高血圧は自覚症状があまりなく、別名「サイレント・キラー」とも呼ばれ、様々な病気を引き起こすことが怖い病気です。

- 夜中トイレにおきるときは靴下や上着を着用する
● 早朝はゆっくり布団から出る
● お風呂は、40℃以下のぬるめに浸かる
● 入浴前後は脱衣所も暖めておく
また、飲酒量が多いほど血圧の平均値が高く、高血圧になるリスクも高まることばかりです。

栄養士だより: インフルエンザ予防の食事

今年もインフルエンザの流行る時期が近づいてきました。うがいや手洗いといった予防以外に、食べ物でも予防ができることをご存知ですか？

- ★ 予防効果が高い食材
生姜、発酵食品(ヨーグルトなど)、山芋やオクラなどのネバネバ食品、みかんなど柑橘系の果物、にんにくや玉葱、きのこ類など。

リバーサイド中広: 新しい趣味、お友達と出会えるかも... そんなデイサービス体験してみませんか? 650円