介護老人保健施設
リハビリケアかつしか 広報誌

リハかつ便り

令和４年１０月１０日発行

第４２号

- 10月のレク予定

通所：ハロウィンレク　24,25日
２Ｆ：　ケーキレク　5日
３Ｆ：　実りの秋レク　12日
４Ｆ：　おやつレク　18日

- 11月のレク予定

通所：お楽しみ会　日程調整中
２Ｆ：喫茶レク　日程調整中
３Ｆ：ケーキレク　日程調整中
４Ｆ：出前レク　日程調整中

※レク日程が変更されることがございます
予めご了承ください

施設理念

地域に貢献でき　地域の人に愛され　選ばれる施設を目指します

※レク中の食事の様子を撮影しているため、マスクを外しています。

敬う感謝の日

敬老会

美味しい和菓子を食べながら
楽しいひとときを過ごしていただきました。

てん　とう
10月10日は
『転倒予防の日』

／ できることから始めよう ＼

10月10日は日本転倒予防学会が制定する「転倒予防の日」です。
近年、日常生活における転倒事故件数が増加傾向にあります。

【転倒の主な原因】

- 加齢による身体機能・認知機能の低下
- 病気や薬の影響
- 運動不足による身体機能低下

【転倒予防のための取り組み】

□ 適度な運動を無理なく行う

ウォーキングなど日頃から体力維持に努めましょう！

□ 自宅内環境を整える

家電製品のコードなどが生活動線にありませんか？

床に物が散乱していませんか？

1～2cmの段差はありますか？

整理整頓や環境整備をして

転倒リスクを減らしましょう！

出典：政府広報オンライン (gov-online.go.jp)

9月行事食

９月は秋の味覚を楽しんでいただけるように栗ごはんや柿、梨を提供いたしました。

天ぷら盛り合わせは海老、かぼちゃ、かき揚げの３点です。

ボリューム満点な天ぷらで皆様に喜んでいただくことができました！！

～お品書き～

栗ごはん
天ぷら盛り合わせ
天つゆ
紅白なます
果物盛り合わせ

～9月行事食おやつ～

こしあんおはぎ

おはぎ
（きなこ・こしあん）

敬老の日のレクリエーションでおはぎを提供いたしました。

「こしあんおはぎ」は嚥下が困難な方にも提供ができました。中身にさつまいものペーストが入っています。

どちらのおやつも大好評でした♪♪

介護老人保健施設リハビリケアかつしか
〒124－0025　東京都葛飾区西新小岩３－37－8
入所、ショートステイ、通所リハ、訪問リハ、居宅支援事業
電話　03（5672）1178　FAX　03（3692）6140
ご意見・ご相談はお気軽に、ご連絡ください。