



リハかつ便り

令和5年8月10日発行

第52号



・ 8月のレク予定

通所：納涼祭 16,17日
2F：納涼祭 23日
3F：納涼祭 19日
4F：納涼祭 23日

・ 9月のレク予定

通所：敬老会 日程調整中
2F：敬老会 日程調整中
3F：敬老会 日程調整中
4F：敬老会 日程調整中

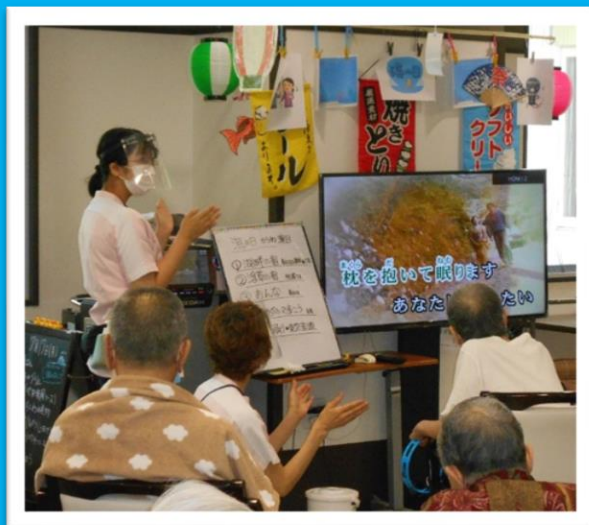
※レク日程が変更されることがございます。予めご了承ください。

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

※レク中の様子を撮影しているため、マスクを外しています。

海の日レク



季節も7月となり夏本番！
デイケアでは、夏の暑さを吹き飛ばすために、海の日レク
と称して、歌や踊りを楽しみました。
たくさんの笑顔がみられ、大変盛り上がりました。



今月の手工芸では、希望者を募り、オープン粘土を使った陶芸を始めました。

形を作ったらオープンで焼いて色を塗って...と、試行錯誤しながら粘土をこねたり柄を掘ったり思い思いの作品を制作中。少しずつ出来上がる様子を楽しみにされる皆様の笑顔に職員たちも元気をいただきました！

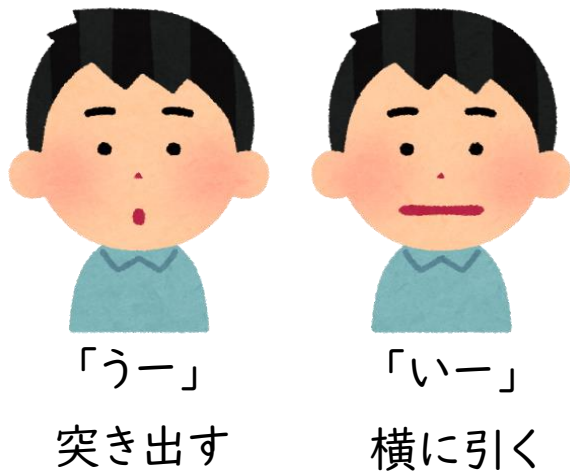
手工芸

おくち元気に!

食べること、しゃべること。普段当たり前前にしていることですが、年齢とともに、当たり前前にできなくなってしまうことがあります。「なんだかムセることが増えたな」、「しゃべりづらいな」など感じることはありませんか?ここでは、おくちの健康を保つ方法をご紹介します。

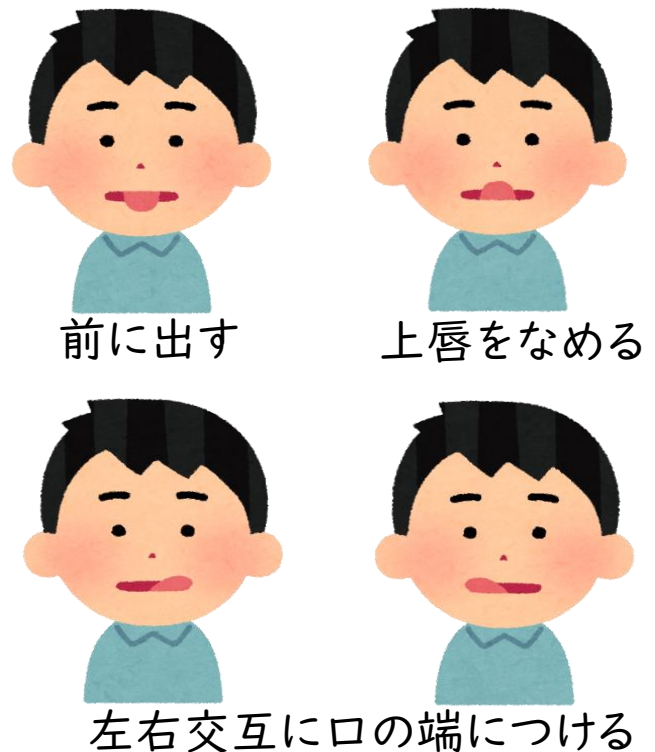
おくちの体操

唇の体操



食事前にやると効果的!
それぞれ**15回**ずつ

舌の体操



ぶくぶくうがいで頬を鍛える



水を左右に移動させながら
ぶくぶくと**30秒!**

パタカラ体操



しっかりはっきり発音
するよう意識しましょう

それぞれ
3回ずつ

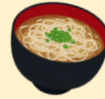


7月行事食



えいよう便り

七夕そうめん



~お品書き~
 稲荷寿司
 七夕そうめん
 ごぼうの味噌金平
 黄桃缶のピザージュル



2023年7月7日

うな丼



~お品書き~
 うな丼
 ひじきと絹揚げの煮物
 赤だし（白菜・白ねぎ）
 胡瓜の浅漬け風



2023年7月30日

7月の行事食は暑い日にぴったりの冷たいそうめん「七夕そうめん」と、土用の丑の日に「うな丼」を提供しました。土用の丑の日というと夏をイメージしますが、実は春・夏・秋・冬それぞれに土用があります。日本では季節の変わり目に体調を崩しやすい時に「う」がつく食べ物を食べていました。特に夏バテしやすい夏の土用の期間には、精のつくうなぎが食べられています。



~7月おやつ~
 ミルクプリン（七夕）



七夕の日にちなんで星形のミルクプリンを提供しました。杏子ソースを添えてさっぱりした味付けで召し上がって頂きました。

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。