



# みぬま★広場

2024年12月号 No.199

発行：医療生協さいたま

介護老人保健施設 みぬま

〒333-0831 川口市木曾呂1347

TEL.048-294-9222

<https://rouken-minuma.jp>

## 2階療養棟の催し



ストローで息を吹いて重りを遠くまで飛ばす。



息を吸いお札を吸い上げて、自分のカゴに入れる。



ピロピロを使って思い切り空気を吐き出す。

2階新棟では10月19日(土)に口腔行事を行いました。歯科衛生士監修のもと、息を吸う吐くなどの口腔機能向上を兼ねた取り組みを、遊び心を交えて企画し行いました。

皆さん、夢中になり楽しく取り組まれました。

これからも2階新棟ではさまざまな行事を企画しご提供していきたいと思っております。

2階病棟 介護職 進藤 佳子



## みぬまの食事の特徴

### ①みぬまの食事について

みぬまでは、様々な食形態の利用者様が入所しています。その利用者様に毎日の献立がマンネリ化しないように1カ月ごとに献立をつくり、季節にあった食材を取り入れるようにしています。10月は栗ご飯を提供し、大好評でした。

### ②工夫点

- ・「酵素」を使用することで、ゴボウやレンコンなどの硬い野菜を柔らかくしています。
- ・ミキサー食を作る時にしよする水分を豆乳替えることでタンパク質を補うようにしています



11月11日(月)介護の日の行事食

・麦ごはん ・みそカツ

・春菊のあえもの ・赤だし

・お漬物

おやつに2色羊羹(黒ゴマと紫芋)

## 通所リハビリ年末年始のお休みのお知らせ

12月29日(日)～1月3日(金)

通所リハビリはお休みとなります。

12月28日(土)が最終営業、年始は1月4日(土)が最初の営業日です。よろしくお願いいたします。

## 年末年始の受付窓口対応時間のお知らせ

12月30日(月)～1月3日(金)

9:00～17:30です。

なお、12:00～13:00は受付職員が休憩時間のため対応できません。

## 7 町内におでかけをする



慣れ親しんだ地域に出かけることは社会性や精神的な豊かさを保つためにも大切なこと。これまでの生活リズムを維持できるようにします。

3階ユニットでは9月20日（金）にシャトレーゼに食べたいケーキとアイスを買いに出かけました。美味しいコーヒーと一緒に召し上がり、「おいしい」「また出かけた」「また食べたい」と大好評でした。

3階ユニット介護職 小山明子



住み慣れた地域にでかけることで、社会環境との繋がりを持ち精神的にも生活のリズムを整える事ができます。

そのためには、第1章～第5章を継続して実施することで外出できる機能の維持に繋がります。お出かけして外気に触れることで、「季節を肌で実感」、「外の空気を吸う」「免疫力を上げる」「ストレス発散」等、五感を刺激しましょう。

リハビリ部門主任 河野裕敏



## 年末増資のお願い



いつも老人保健施設みぬまをご利用いただきましてありがとうございます。さて、みぬまでは今月から通所リハビリのお風呂と療養棟のトイレの大規模改修を行っております。皆様からの出資金が施設のリニューアルに活用されます。出資金は寄付とは違い、貯蓄に近いものです。ぜひこの機会に増資をお願いいたします。

## フードパントリー開催のお知らせ

今回は  
12月21日（土）、1月25日（土）  
いずれも、13:00～14:00  
老健みぬま新棟1階駐車場にて

※食材が不足しております。  
ぜひ、ご寄付をお願いします。

- ・お米
- ・缶詰
- ・レトルト食品
- ・乾麺
- ・生理用品の要望があります。

## オレンジカフェのお知らせ

10月19日（火）は14名（1名新規）の方が参加されました。今回のミニ学習会では外部より講師の方をお招きし、箸を使ったレクリエーションを行ないました。数を競い合ったり、他の方と協力し合いながら盛り上がりました。今月の回想法は季節の歌やお花を飾り「紅葉」「秋の思い出」について語りあいました。

今回は  
認知症について知りたい、お話や相談したい  
など、どなたでも自由に参加出来る場なので  
皆様の参加お待ちしております。

認知症ケアチーム委員長 横山奈美



ドンクリもたくさん取ったよ。



お箸でつまんで移動させたり、脳の活性化ですね。