



みぬま★広場

2025年7月号 No.206

発行：医療生協さいたま

介護老人保健施設 みぬま

〒333-0831 川口市木曽呂1347

TEL.048-294-9222

<https://rouken-minuma.jp>

2階新棟
3階新棟

母の日イベント

5月18日 利用者様からの要望にこたえ、羊羹を提供！



みんな甘党なので 笑顔がこぼれちゃいます！



3階の
利用者様にも
おすそ分け



手作りの羊羹

利用者様から要望の多い羊羹を提供しました。約10種類のアムコから3種類選んでもらいました。

1つ目は、こしあんで、十勝のあずきを使用しました。

2つ目は、梅味でやわらかな酸味と口の中に梅の香りがします。3つ目は、茶葉入りで香りの高さを演出。

どれも香りが高く上品な仕上がりにしました。

異動者よりひとこと



相談部門
永原 友花

秩父から異動になりましたデイケア担当の相談員の永原です。久しぶりに川口に戻ってきたのですが、浦和レッズが好きなので埼スタが近くなって嬉しいです！これからよろしくお願いします。



リハビリ部門
霜山 大樹

今年度にみぬまへ異動となりました霜山です。川口の病院で5年、所沢の病院やデイケアで10年、急性期リハから地域活動まで幅広くやってきましたが初めての療養棟担当となり、とても楽しみです。新棟2階を担当していますが入所者の皆さん離床に意欲的なので、10ケアのイベントなど色々挑戦してみようと思います。よろしくお願いします。

納涼祭のお知らせ

今年も入所者様を対象にみぬま納涼祭を開催する運びとなりました。

開催日時は 2025 年 9 月 28 日 13:30 から
3 階入所者様・ご家族様 15:00 から 2 階入所者様・ご家族様と 2 回に分けて開催いたします。
利用者様・ご家族様に楽しんで頂けるように
色々な企画を考えております。
みなさまのご参加をお待ちしております。



ミニミニリハビリ体操

尿漏れ予防体操

骨盤底筋を鍛え、尿漏れ予防に効果のある体操を紹介します。

- ① いすに座り、片方の手を下腹部に当てます。
- ② 肛門や陰部周囲をおなかに向かってじわじわと上へ持ち上げる感じで力を入れます。力を入れて 10 秒保ちます。
- ③ ゆっくり力を抜き 30 秒ほどお休みし、再び②を繰り返します。
10 回 1 セットから始めてみましょう。

リハビリ部門主任 緑川 昭司

朝日新聞メールマガジン
「Re ライフ.net 2021.7.16」記事より参照



生協10の基本ケア 第1章 換気をする

1 換気をする



老健みぬまでは、利用者様に協力していただき日中 2 時間おきに換気を行っています。

換気をすることで新鮮な空気を取り入れ、感染症・熱中症など季節性の入院を防ぎ、感染症予防に取り組んでいます。
自宅でも快適に過ごせるよう、温度・湿度計を普段からチェックしていきましょう。



虹の箱より

最近、玄関に利用者の方の作品展示や、通所フロアー内のカレンダー横に季節感に合わせた作品が掲示されていましたが、ここ最近無くなり淋しく感じます。

返答

ご意見いただき誠にありがとうございます。またご不便おかけして大変申し訳ありません。
以前玄関に利用者様の作品を展示していましたが、玄関で立ち止まって通行の妨げになるため通所フロアー内に展示スペースを設けました。また通所フロアー内、カレンダー横の作品作成を取り止めたのは職員数の減少、業務後の負担軽減が主な理由です。
今後も利用者様のお力になれるようリハビリ、ケアの対応に職員一同頑張っていきたいと思っております。



オレンジカフェのお知らせ

5/20 (火) にオレンジカフェを開催しました。徐々に気温も上がる中、認知症当事者、認知症を支える家族、地域の方々など総勢 40 名の参加となりました。「本人支援について考えよう」をテーマに、認知症の人を支えるための意思決定支援について学び、回想法では「汽車ポップ」を題材にし、参加者によるピアノの即興演奏もありました。

**次回開催は、6/17 (火)
13:30 ~ です。**

参加をお待ちしております。

フードパントリー

***食品が不足しております。**
お家にある食品（缶詰、レトルト食品、カップめんなど、1 個からで結構です、
ぜひご提供をお願いします。

次の予定は

- ・ 6月28日 (土)
- ・ 7月26日 (土)

13:00 ~ 14:00

みぬま新棟 1 階駐車場