

社会医療法人 福島厚生会

介護老人保健施設 ホリスティカ かまた



# 老健 かまた だより

生命の尊厳  
 利用者様の権利の遵守  
 人間愛・奉仕そして感謝

## 敬老会

9月16日(水) 4階ハーモニーホールにて敬老会を行いました。

懐かしい童謡を楽しんだ後、利用者様の長寿をお祝いし、ささやかではありますがプレゼントを贈呈させていただきました。

これからも利用者様が健康で安心した生活を送れるように職員一同努めてまいります。



松井施設長から各棟の利用者様代表にプレゼントが贈呈されました。



職員のピアノ演奏に合わせて、懐かしい歌をうたいました。

～曲目～

♪りんごのうた ♪ふるさと

♪紅葉



## 健康創造館からのお知らせ

新しいスタジオプログラムが始まりました。

「すこやかパワーアップ教室☆コツコツ貯筋体操」(有料プログラム)です。

コツコツ貯筋体操は、自重負荷での簡単で手軽に出来る体操です。



貯筋のテーマ  
 みんなで伸ばそう  
 健康寿命  
 使えばなくなる  
 お金の貯金  
 使って貯めよう  
 筋肉貯筋  
 老後に備えて  
 貯金と貯筋!

☆コツコツ貯筋体操 (登録費¥1,000+参加費¥500)  
毎週火曜日 14:00~15:00 詳細は創造館まで。

## インフルエンザ予防接種

インフルエンザ感染予防と、重症化予防の為、当施設では入所者様全員に予防接種をお受けいただいております。

**受付: 10月15日~10月31日**

**摂取実施: 11月から順次**

職員も11月初旬には全員接種が完了する予定です。ご協力のほどよろしくお願いいたします。

## 衣替えのお願い

皆様、冬物の衣類への衣替えはお済みでしょうか?

肌寒い時に羽織るものや膝掛けなどがあると、気温の変化に合わせた調整がしやすくおすすめです。これからの季節は、レッグウォーマーやスカーフなども便利です。

衣替えの際には、**衣類に記名**があるかどうかの確認もあわせてお願い致します。

## 新型ノロウイルス

ニュース等で取り上げられていますが、今年新型のノロウイルスが発生しています。新型のノロウイルスのため、抵抗力を持っている人がおらず、ウイルスが小さく数十個で感染するという強い感染力を持っているということです。有効なワクチン等もありません。

**新型ノロウイルスを予防するには・・・  
※丁寧な手洗いを2回行い、うがいを行う!**

## 行事予定

### 10月21日: 秋の味覚祭

美味しい食べ物が豊富な秋がやってきました。目で楽しむ紅葉も素敵ですが、食で秋を感じて楽しんで下さい。

### 11月18日: 体育祭

秋の味覚を楽しんだら、体を動かしましょう。インフルエンザ等感染症に負けないように楽しみながら体力作りをしましょう。

## 編集後記

季節はすっかり秋となりました。秋といえば・・・私はやっぱり「食欲の秋」ですね。たくさん美味しい物を食べ体力をつけて、多方面で頑張ろうと思います。「高橋さんはいつも元気だね」と利用者様から声を掛けて頂くことがあります。利用者様の為にも「いつも元気な高橋さん」でいたいと思います。 高橋(里)

社会医療法人 福島厚生会

介護老人保健施設 ホリスティカかまた

〒960-0102 福島市鎌田字門丈壇4番1

TEL: 024-552-5111 (代)

Fax: 024-552-5676

URL: <http://www.holistica-kamata.jp/>