

なにわローランド通信

6月

社会医療法人中央会 介護老人保健施設なにわローランド
〒660-0892 尼崎市東難波町1丁目3番10号
(電話) 06-6481-8010
(HP) <http://www.chuoukai.or.jp>

No.170



5月17日、お天気にも恵まれたこの日、通所の野外イベントとして、バラ公園へ行って来ました。
色々な種類のバラがたくさん咲いていて、とても綺麗でしたね！
ちょうど見頃といった感じで、いい時に行く事が出来ました。また野外へ行くイベントも考えたいと思います！



外を歩いているだけで、気持ちがいい季節になりました。リハビリの先生方と、施設の周りを散歩されている方もいらっしゃいます。無理のない程度で、歩行訓練頑張りましょうね^o^



第2回「フレイルとは？」岡本 隆弘

フレイルとは、高齢期に生理的予備能が低下することでストレスに対する脆弱性が亢進し、不健康を引き起こしやすい状態とされています。従来、心身が高齢により老いて衰え、「虚弱」や「老衰」などで表現されていましたが、近年、それらに代わって、「Frailty」の日本語訳で「フレイル」という表現が用いられるようになりました。フレイルは、筋力低下などの身体的問題のみならず、認知機能障害などの精神心理的問題、独居や経済的困窮などの社会的問題も含まれます。今後、このシリーズでフレイルの問題点についてお話していきます。

入所では鯉のたたき、通所では西山ラーメンが、お昼ご飯に出ました。皆様に喜んで頂けるお食事をこれからもご提供出切ればと思います！



受付に、アロマディフューザーを設置しました。アロマは気持ちを落ち着かせたり、不眠症への効果があると言われています。いい匂いは、心身を健やかに保つお手伝いをしてくれますよ♪



6月



月	火	水	木	金	土	日
				1 アートセラピー マッサージ	2 マッサージ	3 入所喫茶
4 手芸クラブ	5 音楽療法(1,3F) マッサージ	6 美容室 入所喫茶 手作りおやつ(2F) マッサージ	7	8 お花クラブ マッサージ	9 マッサージ	10 入所喫茶
11 手芸クラブ	12 ピアノ演奏(1F) マッサージ	13 美容室 手芸クラブ 入所喫茶 マッサージ	14 手芸クラブ	15 マッサージ	16 マッサージ	17 入所喫茶
18 通所喫茶	19 通所喫茶 マッサージ	20 美容室 通所・入所喫茶 手作りおやつ(1,2F) マッサージ	21 通所喫茶	22 通所喫茶 フラダンス(1F) お花クラブ マッサージ	23 家族会 通所喫茶 マッサージ	24 入所誕生日会 入所喫茶
25 音楽療法(1,2F)	26 マッサージ	27 美容室 手芸クラブ 入所喫茶 マッサージ	28 手芸クラブ	29 マッサージ	30 手芸クラブ マッサージ	

予定は変更することがあります