

ロ

2025 年
社会医療法人中央会 介護老人保健施設ローランド

ーランド便り12月号

〒661-0976 兵庫県尼崎市潮江 2-1-10 ☎ 06-6499-8500 <http://www.chuoukai.or.jp> 編集：ローランド広報委員会

移動販売車がやってきた！



阪急うめだ本店で人気の和洋菓子を積んだ
移動販売車が、ローランドにやってきました！

百貨店のスイーツを施設内で購入できるとあって、
普段遠方への買い物が困難な利用者の皆さんは、
目を輝かせながら商品を選んでおられました。

たくさんの商品から自分で選ぶのは楽しいですね！

自主トレーニングの重要性について

病院でリハビリを経験された方にとって、通所リハビリでのリハビリ時間が短く感じる方もいらっしゃるかと思います。生活期は日常生活そのものがリハビリであり、できることを継続していくことが重要と考えています。その一つの手段として考えているのが自主トレーニングです。ご自身で自主トレーニングを行える方には目標と能力に合った自主トレーニング表を作成し、行うにあたってのポイント・注意点などを指導いたします。継続した運動をご自身で行うことで、身体機能や動作能力の維持・向上につながるよう援助できればと考えています。

理学療法士 岩本 公美



12 月のおたのしみ



通所・入所

☆行事食

12月6日 鶏天

12月22日 クリスマスランチ

12月25日 クリスマスメニュー

☆手作りおやつ(デイ)

12月11日 ピザトースト

12月25日 クリスマスケーキ

☆お誕生日会 12月12日(デイ)

12月21日(入所)

☆ピアノ演奏会 宮崎先生 12月23日



12月にはクリスマス・大晦日とイベントにちなんだイベントや料理が出てきます。お楽しみに！

今年度もローランドではクリスマス会を12月22日に実施予定！プレゼントも用意しています！



☆皆様へご挨拶

今年も1年間ありがとうございました！

新年も、ご利用者様にとって安心できる施設であるよう職員一同努めていきます。

来年もどうぞよろしくお願い致します！



12月の豆知識※諸説あり



12月21日は冬至。日照時間が遅くなり1年で最も夜が長い日となります。日本では冬至の日以降、「一陽来復」(冬が終わって春が来る事)と呼ばれています。故に冬至の日は、運気が上昇するように願う日という意味が込められているそうですよ！