長鶴の郷だより

介護老人保健施設　長鶴の郷
広報　第33号　2016･10･1発行

介護老人保健施設　長鶴の郷
〒435-0031　浜松市東区長鶴町290
TEL(053)-423-2700
FAX(053)-423-2711
ﾎｰﾑﾍﾟｰｼﾞ　http://www.nagatsuru.com

日増しに秋も深まり、朝夕が肌寒く感じる今日この頃、皆様いかがお過ごしでしょうか。
今月号では納涼祭、防災訓練、レクリエーションなどを紹介させていただきます。
過ごしやすい季節になってまいりましたが、体調を崩さぬよう、お身体には十分お気を付けください。

第10回 医療法人社団拓己会　納涼祭

8月には長鶴の郷、多機能ホームながつる、グループホームおおやぎ3施設合同による納涼祭が行われました。
第10回目ということで、過去最大の規模で行われ、華やかなイベントになりました。とてもたくさんの方が来てくださり、家康くんも応援に駆けつけてくれ、とても盛り上がりました。
今年のテーマは『和』ということで、多くの方と繋がることができ、とても楽しく和やかな時間を過ごす事が出来ました。

職員によるフラダンスや寸劇、マジックショーなどの催し物もたくさん行われ、皆さんに楽しんでいただけました♪

秋の味覚レクリエーション

春に長鶴の郷の畑に植えた、かぼちゃを収穫しました。お店に行って自分達で材料を購入し、収穫したかぼちゃを使ってかぼちゃスープを作りました。野菜が育っていく様子を肌で感じ、自分の手で収穫し、料理を作り食する。一連の行程を体験する事で、季節感を感じることができ、良い刺激になります。作業に取り組まれるご利用者様はいつも良い笑顔を見せてくれます。作ったスープはみんなに振る舞い、美味しくいただきました！

かぼちゃには体を温める効果があるので、冷え性の方にはうってつけの野菜です。温かいスープにして飲めば保温効果は抜群で、病後の体力回復にも効果があります。

園芸レクリエーション

ゴーヤの苗を買い、玄関先の花壇でゴーヤを育てました。水やり当番を決めて、ジョウロを次の方に回していき、みんなでお世話をしました。利用者様同士のコミュニケーションをはかることができ話も弾んでいたようです。水やりをするという自分の仕事があることで生きがいを感じ、また、外に出ることで閉じこもり防止にも繋がります。園芸や畑をやっていた方は、知識も多く、職員にアドバイスをしてくれる方もいらっしゃり、積極的に、楽しみにして取り組まれるご利用者様の姿が印象的でした。

ザリガニ釣りレクリエーション

施設横の水路で、ザリガニ釣りをしました。皆さん、昔の感覚を取り戻し、懐かしそうに夢中になって取り組んでおられ、とても楽しんでいらっしゃいました。

ご利用者様に合わせて、リハビリを兼ねた様々なレクリーエーションを考え、取り組んでおります。

防災訓練

9月には防災訓練を行いました。
今回は夜間を想定し、少ない職員の中での役割、連携などを指導・確認しました。近年災害も多いため職員一同より真剣に取り組みました。

9月1日「防災の日」は、1923年9月1日に発生した関東大震災に由来することは有名な話ですが、例年9月1日付近は、台風が多いとされる「二百十日（にひゃくとおか）」にあたり、「災害への備えを怠らないように」との意味も込められています。
ご家庭でも、災害時の避難経路や行動順番の確認、防災グッズや備蓄食品などの見直しをしてみてはいかがでしょうか。