



医療法人社団七徳会

富山県魚津市友道 789

<http://www.uozubyouin.jp/>

魚津病院：(0765) 24-7671

片貝診療所：32-7222

魚津老人保健施設：24-7691

ぬくもりハウス：24-7681

ぬくもりハウス2・3号館：24-6600

家族会との連携事業、今年も充実しています。

9月3日（土）には、家族懇談会を開催しました。内容は、「あなたの骨はスカスカ！骨密度を測ります」のテーマで、「骨密度測定」、「骨を丈夫にする体操」、「骨を丈夫にする食事」の3本立ての活動を行いました。参加者は、自分の骨密度測定値に喜んだり悲しんだり、でも、体操や調理実習には笑顔いっぱいに楽しむことができました。

9月14日（水）には、敬老会を開催しました。今年も魚津保育園の園児の皆さん 21名が、かわいいダンスや歌を披露してくださいました。また、住吉蝶六同好会の方々が、リズム感に富んだ蝶六や楽しいダンスを踊ってくださいました。参加者も扇子や手踊りと一緒に楽しむことができました。



魚津老人保健施設の施設長変更のお知らせ

10月1日付人事異動により、施設長が変更になります。

現施設長の 高瀬聖子 医師が退任して主に魚津病院病棟勤務となり、

新施設長には 澤木勝 医師が就任いたします。前任者同様、格別の御支援を賜りますようお願い申し上げます。

様ご家族様へ

担当

療養室ふれあい日誌218号～ちょっといい話し～



老健 ケアワーカー
井沢 真優

4月から老人保健施設で勤務している“井沢真優”です。
介護士暦は4年目になります。

学生時代は、ソフトボールや野球を経験し、今でも体を動かす事が好きで、時々ジムに行ったりもします。最近は5月から始めたよさこいの練習に力を入れており、イベントで皆さんと汗だくになりながら楽しく踊っています。

仕事では前職場での経験を活かし、毎日明るく笑顔で仕事をすることを日課とし、日々先輩方からの多くの事を学び、知識、技術の向上にむけて頑張っていきたいと思います。よろしくお願ひ致します。



10月行事予定



【病院：医療・介護病棟】

- 10月5日(水) 報恩感謝の集い(専光寺)
誕生会：医療病棟
10月15日(土) 秋風ふれあい祭り
10月26日(水) 誕生会：介護病棟

【ティケア】

- | | |
|-------------|----------|
| 10月4日(火) | 折り紙教室 |
| 10月12日(水) | 折り紙教室 |
| 10月15日(土) | 秋風ふれあい祭り |
| 10月20日(木) | 誕生会 |
| 10/1~10/8 | 運動機能向上レク |
| 10/9~10/15 | 口腔ケア |
| 10/16~10/22 | 作品作り |
| 10/23~10/30 | フロアリハビリ |
| 10/31 | DVD鑑賞会 |



【魚津老健】

- 10月5日(水) 報恩感謝の集い(専光寺)
誕生会(琴修会)
10月6日(木) 折り紙教室
10月11日(火) はとの会
10月15日(土) 秋風ふれあい祭り
10月26日(水) カラオケ会

市内イベント情報

第12回 魚津産業フェア〇〇(まるまる)魚津

【調髪の日】

今月の調髪は **10月31日(月)** の予定になります。調髪のお申し込みは受け付け（事務所）にてお願い致します。締め切りは**毎月10日**です。



～医療病棟だより～

食欲の秋は食べすぎ注意?!



果物は、体に良いと思い食べ過ぎてしまう人も多いようですが、果物に含まれる果糖は脂肪になりやすく、糖類が多いため摂取量に気を付ける必要があります。果物には、ビタミン、ミネラル、食物繊維やビタミンCなど豊富であることから健康に良いイメージがあり、果物の摂取量は健康意識の高まる50歳代以降になると急に増加し、それに伴って糖尿病人口が増加するのもこの年代からです。

果糖は、ブドウ糖より「脂肪になりやすい」太りやすい糖です。実験動物に大量の果糖を与えると、内臓に脂肪がたまり、高脂血症、高血圧等になり、メタボリックシンドromeになる可能性があります。

これから実りの秋を迎えます。太古の時代より、果糖はこの時期だけ大量に手に入る糖だったのでしょう。しかしその後やって来るのは、冬です。満腹感を感じないでたくさん食べられる事、そして脂肪という形で効率よく蓄えられる事、この二つの仕組みは食べ物に乏しい冬に備えるには大変好都合でしたが、現代は飽食の時代です。適切な量を取り、食べ過ぎには注意！メタボにならないよう気をつけましょう。

～介護病棟だより～



いつも笑顔をありがとう!!

答え：女性の髪形、帆の上にある木の形



~老健だより~

敬老会

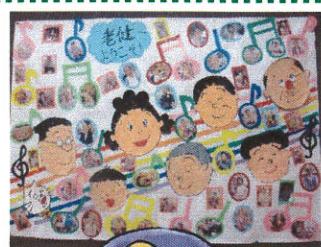


誕生会

9/21(水) 9月の誕生会を開催しました。

フラダンスのラニ・フラ・ホア様が来て下さり、素敵な踊りと衣装で誕生会を盛り上げて下さいました。

ありがとうございました。また来て下さいね。



祝 敬老の日 ～通所リハビリだより～

15日～19日は敬老会でした。皆さん、お若いので敬老というと失礼な気もしましたが、日頃の感謝を込めて記念品贈呈と紅白饅頭の会食をしました。また、長寿番付の第1位から5位になった方には勲章を贈呈させて頂きました。皆さんいつまでも元気でいてくださいね！



4位、5位の方です!!!



デイケアの利用者様は、午前中に間違い探しや計算・漢字のプリントをしています。今回は間違い探し挑戦してみましょう！間違い2つ見つけられますか？



10月誕生者様

- 2日 川久保慎二様
- 5日 谷越きくゑ様
- 10日 浦本照子様
- 18日 伊東富様
- 23日 寺島正之様



間違い探しの答えは裏面右下にあります