

こもれび

9月号

編集発行

介護老人保健施設
ル・サンテリオン

〒682-0023

鳥取県倉吉市山根55-233

電話 0858-26-3051

ファックス 0858-26-3005

E-mail:sante@med-wel.jp

URL:https://www.med-wel.jp

令和6年9月10日発行

サンテリオン基本理念

- 1.利用者の尊厳を守り、生活機能の維持・向上をめざし総合的に援助します。
 - 2.家族や地域の人々・関係機関と協力し、安心して自立した在宅生活が続けられるよう包括的ケアサービス施設として専門職チームで支援します。
- ・基調テーマ：「魅力あるサンテリオン」
～地域から選ばれる 良質なサービスの提供～



製作：通所リハビリご利用者

今月号の内容

2P サンテリオン 夏祭り

3P 夏祭り、黒ひげ危機一髪&みつぼし踊り

4P フレイル予防体操、臨床美術、行事食

新型コロナワクチン、インフルエンザ予防接種のご案内

ユニット 東

夏の暑さを吹き飛ばせ！とサ
ンテリオンで夏祭りを開催し
ました。ソーダフロートやた
い焼き、射的に宝釣り…と皆
様食べて遊んでめいっばい楽
しまれたようです。



ゆうゆう 棟

8月は夏まつりを行いました！楽しくて色々
なゲームが出来て喜んでおられました！



ユニット 西2F

8月は夏祭りに参加され、お菓子す
くいや射的を楽しそうに笑顔で遊んで
おられました。その後たこ焼きやフラ
ンクフルトを食べられ、また夏祭りに
参加したいとの声を頂きました。



ユニット
西1F



夏祭り🍡

ユニット西1Fでは、夏祭りを開催し金魚すくいと射的をしました。皆さん真剣な表情でされていました。金魚がすくえたり、的に当てられると喜ばれており楽しい雰囲気でした。皆さんお上手で何回も的に当てられていました♪

通所
リハビリ

黒ひげ危機一髪 &みつぼし踊り



『黒ひげ危機一髪』は簡単なゲームではありますが思っているよりもドキドキします。気の合う仲間とするとより一層楽しいですよ。



みつぼし踊りに職員が参加するために練習しました。とても楽しかったです。本番では練習の成果を発揮し、2位になることができました。



フレイル予防体操

8月に上余戸公民館にて「フレイル予防」についての健康教室を行いました。フレイルとは加齢により心身が衰えた状態で、早期発見・予防が重要だと言われています。自分の現状を知り、向き合うことの大切さを伝え、まずは1日10分多く体を動かすことを目標に体操を紹介しました。今回その運動一部をご紹介します。自宅で簡単にできる体操なので、ぜひ取り組んでみてください。

・ストレッチ

太ももの裏側の筋肉(ハムストリングス)



・寝た状態でする筋力強化体操



片足を上げて
下ろす
10回程度

※上げる足は膝を曲げず
なるべく真っ直ぐな状態で



『小石のフォルメン (扇子仕立て)』 ～臨床美術～

9/6(金)講師が来所され臨床美術を行いました。

今回のモチーフは小石で、フォルメンという初めての技法で講師のアドバイスをいただきながら線を描きました。動きがあって墨の濃淡が面白い作品になりました。



行事食



8月は皆さまに暑い夏を元気に乗り切ってほしいという気持ちを込めて、とうもろこしやミニトマト・冬瓜・うなぎの蒲焼など旬の食材を取り入れた行事食としました。

新型コロナワクチン、 インフルエンザ予防接種の ご案内

- ▶今年度は入所ご利用中の方の**新型コロナワクチン、インフルエンザ予防接種**を10月以降実施する予定にしております。
- ▶「接種券」と「問診表」が各市町よりご家庭に届きます。接種を希望される場合は、「問診票」下段の**接種希望書欄**に記入し、施設へご持参下さい。

サンテリオンホームページはこちらからご確認ください。→

