

こもれび

11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11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～



写真：鍵掛峠からみる大山（撮影者：Y.K）

今月号の内容

2P ホットケーキ作り、3時のティータイム・貼り絵

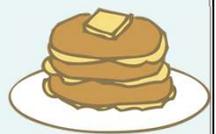
3P 運動会、新開発！バッティングゲーム

4P はあとカフェ開催します！パワーリハビリ紹介～チェストプレス～
行事食



ユニット
東

ご利用者の皆様でホットケーキのおやつ作りを行いました。ホイップクリームやフルーツでデコレーションをして…♪立派なケーキの完成に大満足の笑顔です!!



ユニット
西2F

ご利用者と一緒にご家族から頂いたメロンを切り分け、3時のティータイムでいただきました。「甘くて美味しい」と大好評でした。また貼り絵を一緒にしたり、さつま芋を洗ったりしました。ご利用者から「貼り絵楽しい」と言われていました。



ユニット
西1F

うんどうかい
運動会



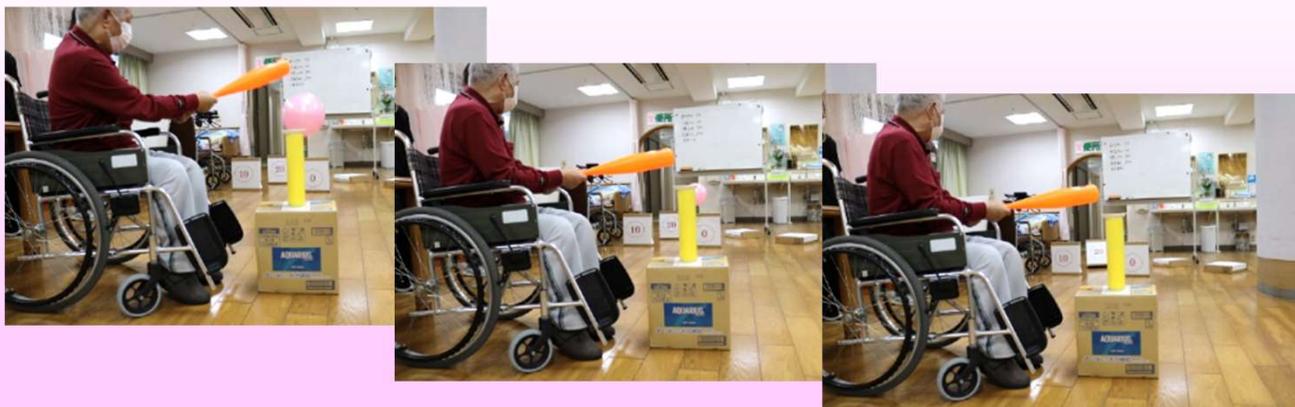
赤チーム・青チーム
に分かれ、パン食い競争・玉入れ・ボール送りをしました😊皆様一生懸命にされ楽しそうな様子でした♪また開催したいと思います。

通所
リハビリ

**新開発！
バッティングゲーム**



新レクリエーションを開発しました。ボールを打って点数が書かれた的を倒すゲームです。離れた的をバットで打ったボールで狙うので、距離感をつかむ力と体幹を回旋する力を使いつつ、力加減の調整もしなければなりません。楽しみながら特に上半身の能力向上を期待できます。ストレス発散にもなってとても楽しかったです。



～であい♡つながり♡ささえあい♡～



「はあとカフェ」

開催します！

日時

11月20日(水) 10:00～15:00

場所: パープルタウン メイン広場

このたび、サンテリオン、ソラリオン、マグノリアと協同して『はあとカフェ』を開催いたします。カフェの他、介護相談やコンサート等たくさんの催し物を計画していますので、どうぞお気軽にお立ち寄りください。

- ・カフェ (100円)
 - ・ノエリーコンサート 13:30~
 - ・介護相談
 - ・脳いきいきアート
10:30~/11:30~/12:30~/14:15~
 - ・花による健康教室
 - ・健康体操 11:00~/12:45~
 - ・随時からだの機能の相談可
 - ・まちの保健室
 - ・バルーンアート
- ※カフェ以外は参加費無料。



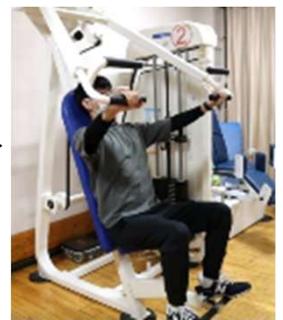
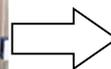
←仁厚会・敬仁会Instagramもチェック！！

胸や肩周りを鍛えたい方にオススメ パワーリハビリ紹介 ～チェストプレス～

胸や肩周りの筋肉を刺激することで、胸から腕にかけての筋力アップに効果が期待できます。

パワーリハビリってなに?・・・

弱ってきている筋肉や普段使われていない筋肉に対して専用のマシンでトレーニングを行い立つ、歩くなどの基本的な動きを楽にしていけるためのリハビリの手法の一つです。今回はル・サンテリオンにある6種類の機器の中から『チェストプレス』を紹介します。⇒



理学療法士・作業療法士などの専門職が身体状況や目標に合わせて重さ、回数を設定します。

見学やご利用の際は安全に使用できるよう職員が補助します。

もし興味があれば気軽にご相談ください。



行事食



10月の行事食は、栗ご飯やキノコのあんかけ茶碗蒸しなど、秋の味覚を取り入れて提供させていただきました。また、黄色やオレンジ色の食材を使用し、見た目も秋らしくなるように工夫しています。

ル・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。→

