

渋谷区ケアハウスせせらぎ便り

令和6年6月 No.145 発行：社会福祉法人 奉優会

7月

講座・事業開催のご案内



☆短冊に願いを☆

7月1日～、七夕飾りを各階に設置し、短冊を配布します。ぜひ願い事を書いて、4階声ポストへ入れてください。職員が心を込めて七夕飾りに結びつけます☆



＜新講座＞

楽々筋トレ講座

NEW

筋肉の重要さは最近ますますクローズアップされてきています。簡単でゆっくりの筋トレを、気軽に始めてみましょう！



◆毎月第3火曜 詳細は掲示物をご覧ください。

椅子ヨガ 第1火曜日

座ってできる簡単なヨガです。どなたでもお気軽にどうぞ！

※実施日

第1・第3火曜⇒第1火曜のみとなりました。



新・健康体操 第1・第3水曜日

ラジオ体操や、楽しい歌の体操を行います。申し込み不要ですので、お気軽にご参加を！新しい体操も徐々に取り入れていきます。



Enjoy! 脳トレ 木曜日

第2・第4木曜日 午前と午後に実施です。



ゆったり遊ぼう

▶新・趣味サロン Vol.3

新・ゲーム広場

第4水曜日 13:30～15:00

トランプ、卓上ゲーム、囲碁・将棋・オセロ、等々、お好きな時間にいらして、ご自由にお楽しみください！



▶新・趣味サロン Vol.2

＜お楽しみ上映会＞

作品は参加申込書にてお知らせします。リクエストもどんどんお寄せください！

日時: 第2水曜日 午前と午後実施
場所: 4階ボランティア室



ケアハウスせせらぎ 音楽サークル

毎月第3主曜日

↑今月は第3日曜日(7月21日)に変更させていただきます。

募集中!

音楽サークルでは、体験参加者様を募集中です。難しい事は一切ありません！一緒に歌を、音楽を、楽しむためのサークルです。お気軽に職員までお声掛けください。見学だけでも大歓迎です！



一緒に歌い演奏する楽しさを、ぜひお気軽に♪「黙唱」大歓迎です！

- 4階防災訓練 -

4階入居者様の防災訓練を実施します。詳しくはポスター、申込書にてご確認ください。

日時: 7月22日(月) 13:30～14:30

場所: 4階食堂



おしらせ



太極拳講座は6月を持ちまして終了させていただきました。長い間皆様にご参加いただきまして、どうもありがとうございました。



7月の献立

- 7日(日) 昼食 《七夕》
豚肉と冬瓜のぶっかけ塩そうめん
/天の川ゼリー
- 15日(月) 昼食 《海の日》
麦ごはんのシーフードカレー
/フルーツサイダーゼリー
- 24日(水) 昼食 《土用の丑の日》
鰻の蒲焼き
- 27日(土) 夕食 《すいかの日》/すいか
- 30日(火) 昼食 《食育メニュー/トマト》
牛肉とポテトのトマト味噌煮込み

スプーン・小スプーンを 探しています。

お部屋に返却忘れのスプーン、
小スプーンはありませんか？
お手数をおかけして申し訳ありません。
ご確認いただけますよう、ご協力お願い致します。



「お代わり」に関して変更のお知らせ

日時: 令和6年7月10日(水) 昼食～

「お代わり」の提供方法を一部変更させていただきます。
変更の概要は以下の内容になります。

【米飯・みそ汁等】

変更前: 保温ジャーで提供され、各自で盛り付ける。

変更後: 器に盛り付けられ配膳車内に配置。

器ごと、おひとつお持ちいただく。

【うどん等の汁】

変更前: 保温ジャーで提供され、各自で盛り付ける。

変更後: 汁のお代わり無し。(麺と汁を別盛りにして、
麺が汁を吸わないようにします。)

【パン】

変更前: 各テーブルに配置。

変更後: 配膳車内に配置。

詳細は掲示にてご確認ください。

ご理解のほどよろしくお願い致します。

渋谷区ケアハウスせせらぎ事業所責任者 篠原 大輝

食中毒にご注意を

気温が上昇するこの季節は食中毒の原因となる細菌類が繁殖しやすくなります。

ケアハウスで提供したお食事は、
部屋で召し上がる場合でも食事時間内に食べるようにしましょう。

折り紙の会

日時: 7月5日(金)
14:00~15:00
会場: 4Fフロア

※水分補給のための水のペットボトルなどをご自由にご持参ください。

◇6月の食事アンケート

ご協力ありがとうございました。
集計結果は各階食堂へ
掲示しますので、
今しばらくお待ちください。

6月の お食事 振り返り



「交換用のお粥」について

配膳車内に、体調不良時の交換用に提供していたお粥をなくし、
お食事変更として対応いたします。
一定期間の変更をご希望の際は、職員にお声がけください。

また、震災用備蓄品にお粥を取り入れて、
普段からご活用頂くことをお勧めいたします。

【角部屋避難経路ガラス清掃のお知らせ】

ケアハウス角部屋対象：ガラス清掃作業実施

7月7日（日）13時30分～14時00分

今年度から業者が実施いたします
(7月、11月、3月予定)



ストップ熱中症

こまめな水分補給や

エアコン、扇風機を上手に

使って熱中症を予防

しましょう!



<収入申告書等の提出につきまして>

6月9日に、収入申告書等のご案内をポスト投函しました。令和5年8月からの1年間の使用料を決めるものです。提出期限の**7月10日(月)まで**に、1階の事務所にご提出をお願いします。ご不明な点は相談員にご連絡ください。



不審者は発見次第、即連絡

ドアの開けっ放し注意

外出時にはすべてのドア・窓のカギを確認しましょう

夏は帰省や旅行などで家を空けることが多くなりますので注意して下さい!!

～被害に遭わないために～



6名の入居者様にご参加いただきました。

<渋谷区より>

区役所 若生係長、井上氏来訪 新任担当者のご挨拶（南口氏から井上氏へ交代となりました。）

<奉優会より>

18日に4階でコロナ陽性者発生。最短で22日まで自宅療養/角部屋の避難経路側窓掃除は7/7から実施予定。網戸の掃除はご自身でお願いします/ラウンジ前植栽4/23剪定業者が状況確認、一部芽が出ている状態で観察中/ラウンジ5/13～毎週月曜のみ16時～20時まで夜カフェ実施中、アルコールは1杯まで/太極拳は今月で終了。7月から新しい運動系講座を開始予定/8月に納涼祭を実施予定/今年も七夕の飾り飾り付けを行い、短冊を配置します/暑さのため各階食堂に冷房を入れています。操作は職員にお任せください/チラシ投函お断りシールご希望の方は職員までお申し出ください/渋谷区軽作業代行サービスは事前に認定番号が必要になりました/ご家族等の来訪時、お車で来られる場合は地下2階の駐車場（9時～18時）をご利用ください。/緊急連絡先等の変更はご連絡を/収入申告書の提出は7/8（月）まで/体調不良時のお申し出はインターフォンコールで/せせらぎでの健康診断を受診されていない方は、ご自身の医療機関での診断結果をお知らせ下さい/渋谷区防災あっせん品の資料を各階に配置しました/食事アンケートご協力へのお礼/ビタミンC、食物繊維の増加の為寒天、麦飯、雑穀米など回数増/お茶を使用した献立開始/冷茶は気温の状況を見て6月にも提供/厨房から小スプーンが戻って来ていないとの報告あり。居室にあればご返却ください。

▼意見交換

○いざという時施設では備蓄品をどれくらい提供してくれるのか?

⇒水と食料は3日分用意しているが、皆様ご自身でもさらに1週間分くらいは用意しておいてほしい。

○お代わりはどう変わるのか?なくなるのか? ⇒後日の掲示をご覧ください。なくなるではありません。

○食事アンケートが毎年来るが、主体はエームサービス? ケアハウス? 意見・要望への回答は?

⇒主体はケアハウスです。ケアハウス、配食、デイが対象で、総合的に行っている。毎月の栄養委員会でも検討し、総合的な判断でご意見を反映している。

○今度レジオネラ菌が出たら、女子浴室での男女交互使用だけはやめてほしい。⇒承知しました。

○3月からトースターが1台になり、やはり食パンの日は少し待つことになる。これから転入で人が増えると2台ほしい。⇒検討していきます。

○過去2回せせらぎ便りの懇談会報告欄に私の発言の自由を脅かす記載があった件について、ここで記載の撤回を明言してほしい。⇒当該部分の記載について撤回します。

6/20（木）5階入居者懇談会報告

渋谷区ケアハウスせせらぎ

令和6年 7月予定表

日	月	火	水	木	金	土
6/30	1	2	3	4	5	6
	七夕飾り 始めます 	椅子ヨガ ①10:00 開始 ②10:40 開始	新・健康体操 ①10:00 開始 ②10:30 開始		折り紙の会 14:00~15:00	
7	8	9	10	11	12	13
	不燃ごみの日		お楽しみ 上映会 午前と午後	Enjoy! 脳トレ木曜日 9:30~11:00 13:30~15:30		
14	15	16	17	18	19	20
		簡単筋トレ講座 ①10:00 開始 ②10:40 開始	新・健康体操 ①10:00 開始 ②10:30 開始	4階入居者 懇談会 13:30~14:30		
21	22	23	24	25	26	27
音楽サークル 14:00~15:00	4階防災訓練 13:30~14:30 防災訓練		新・ゲーム広場 13:30~15:00	Enjoy! 脳トレ木曜日 9:30~11:00 13:30~15:30		
28	29	30	31	8/1	8/2	8/3
						

<相談員からのお知らせ>

「軽度認知症」「ストップ熱中症」「福祉用具レンタル」等、入居者様に有用な新聞記事を、4階のカウンターの【新聞記事のスクラップファイル】に綴じてありますのでご覧ください。

4階入居者懇談会

入居者懇談会を開催いたします。詳しくはポスター、申込書をご覧ください。

日時：7月18日（木）
13時30分～14時30分

場所：4階食堂

