

渋谷区ケアハウスせせらぎ便り

令和5年7月 No.146 発行：社会福祉法人 奉優会



8月



講座・事業開催のご案内



ケアハウス納涼祭

真夏のケアハウス名物・納涼祭！ 久しぶりに皆さん一緒にゲーム大会等で、楽しく笑って暑気払いしましょう！

日時：8月7日（水）14:00～15:00 場所：4階食堂

※詳細は掲示物をご覧ください。



〈新講座〉

楽々筋トレ講座

NEW

代謝や免疫力との関わり等、筋肉の重要さは近年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。

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！



椅子ヨガ 第1火曜日

座ってできる簡単なヨガです。ゆったり心の休養にもお勧め！



新・健康体操 第1・第3水曜日

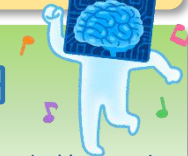
ラジオ体操や、簡単で楽しい歌の体操等を行います♪

※8月7日(水)はお休みです。



Enjoy! 脳トレ 木曜日

第2・第4木曜日 午前と午後を実施です。



※各種講座等の参加方法につきまして

「お楽しみ上映会」以外は申し込み不要、自由参加制となっております。また、2部制の講座では、基本的に1部と2部の実施内容は同じです。ご都合により、お好きな方へご参加ください。



- 5階防災訓練 -

5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：8月26日（月）13:30～14:30
場所：5階食堂



▶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

ご見学、体験参加もお気軽にどうぞ！

毎月第3土曜日 14:00～15:00

※今月から13:30～14:30に変更させていただきます。



8月の献立

- 7日(水) 昼食 《納涼メニュー》
たこ焼き・焼きトウモロコシ
/フルーツポンチ
- 11日(日) 夕食 《山の日》
いなり寿司/富士山ゼリー
- 27日(火) 昼食
《食育メニュー/コーン》
鮭の田楽味噌焼きコーンのせ

◇食事アンケート掲示

7/24に食堂へ掲示しました。
食事アンケートは各階食堂に
年中掲示しております。
アンケートへのご協力、
ありがとうございました。

折り紙の会

日時：8月5日(月)
14:00~15:00
会場：4Fフロア

※実習生も参加します。
※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。

7月の
お食事
振り返り

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。



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。

帝京短期大学 栄養士臨地実習について

栄養士臨地実習の受け入れを
今年も行うこととなりました。

実施期間：8/5(月)~8/9(金)
学生人数：4名(男性1名、女性3名)

皆さまと触れ合う機会もございます。
ご理解の程、宜しくお願い致します。



気温(参考)	指数	注意点
35℃以上	危険(31以上)	高齢者においては安静状態でも熱中症が発生する危険性が高い。外出はなるべく避け涼しい室内に移動する。
31℃～35℃	嚴重警戒(28以上31未満)	外出時は炎天下を避け、室内では室温の上昇に注意する。

※上記の「暑さ指数について」の詳細は、4階カウンター上のスクラップファイルに収めています。

コロナ感染者数の増加 (7月23日読売新聞より一部抜粋)

コロナ感染者数の増加で、入居者の皆様には、手洗いや換気等、基本的な感染症対策の継続をお願いします。

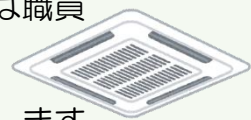
「患者には、熱中症とコロナの区別が難しい。調子が悪ければなるべく受診してほしい。」と感染研所長が語っています。

※体調不良時の職員への連絡は、居室からインターフォンコールにてお願いいたします。



- 各階フロアの空調について -

各階食堂と廊下のエアコンは、食堂の室温が28℃以下(冬季は22℃以上)になるよう、職員が調整しています。また、20:30～7:00の間は自動停止します。調整は職員にお任せいただけますよう、ご協力をお願いします。



8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>

基本的な感染症予防の継続のお願い/角部屋の避難経路側窓掃除は7・11・翌年3月に実施。網戸の掃除はご自身でお願いします/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/共用スペースのエアコン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。/遺失物について、日頃、ステーションと各階パントリーカウンターをご確認ください/緊急連絡先等の変更はご連絡を/収入申告書のお礼、新使用料通知の案内/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/お代わり提供方法変更の掲示についての説明/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/厨房のスプーン、小スプーンが居室にあればご返却ください/防災訓練のご案内

▼意見交換

○災害時、階段で逃げる際手すりを使いたいが、手すりの近くに座り込まれると逃げられず怖い。

⇒手すりは両側にあるが、あらゆる状況を想定していきたい。

○防災備蓄品について決まりはあるのか?

⇒決まりはないが、防災訓練で説明している通り、施設で常に3日分の用意があり、さらに皆様それぞれで4日分ほど用意していただき、計1週間分になるようにしておきたい。助け合っていきましょう。

○洗面台の排水が、薬剤を使ってもすぐ詰まる。先日の施設一斉の排水管洗浄の後でも詰まった。

⇒詰まった際には職員へご連絡ください。確認いたします。

○筋トレ体操の掲示物には効果効能等まとめられているが、他の講座類についても同様に、参加意欲をそそるようなアプローチをしてはどうか。最近、脳トレの参加者も減ってきている。

⇒皆様のためのよいご意見として検討させていただく。

○ベランダ側2階の地上に汚いビニールのようなものが落ちているので取ってほしい。

⇒管理事務室へ報告し対応済みです。

○献立作成はエームサービスと一緒にしているのか。⇒ケアハウス栄養士と連携して一緒にしている。

○男子浴室のアカパス(垢取り装置)がしばらく前から無くなっているが?

⇒レジオネラ属菌の検出以降、外して検証している。今の男子浴室の浴槽は浮いている汚れはかなり少なく、循環ろ過と差し湯により十分浄化されていると認識している。

7/18(木) 4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 8月予定表

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

<相談員からのお知らせ>

「熱中症 高齢者の救急搬送増加」「柔軟なアキレス腱 元気な足」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。

7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：8月15日（木）
13時30分～14時30分

場所：7階食堂

