

# 渋谷区ケアハウスせせらぎ便り

令和6年8月 No.147 発行：社会福祉法人 奉優会



## 9月



## 講座・事業開催のご案内



敬老の日

# ご長寿祝賀会

今年も皆様のご長寿をお祝いいたします。

日時：9月12日（木）

14:00～15:00 予定

※ 詳細はポスターにてお知らせいたします！



〈7月からの新講座〉

### \*楽々筋トレ講座\*

NEW

一動作4秒！テレビ画面を見ながらどなたでも簡単にできる筋トレ運動です。ぜひ覚えていただき、日頃の筋トレで、フレイル予防・介護予防を！

◆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。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♪



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！



### Enjoy! 脳トレ 木曜日

第2・第4木曜日 午前と午後に実施

※9月12日(木)はお休みです。



### ※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。



### - 6階防災訓練 -

6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：9月24日（火）13:30～14:30

場所：6階食堂



## 防災訓練

▶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 13:30～14:30

※追加活動日につきましては、掲示等でお知らせいたします。



9月

の献立

- 9日(月) 昼食 《重陽の節句》  
まるごと菊花の天ぷらうどん
- 16日(月) 昼食 《敬老の日》  
ちらし寿司/メロン・マスカット
- 17日(火) 《十五夜》  
昼食：温玉月見そば/十五夜デザート  
夕食：お月見お団子～抹茶黒蜜～
- 22日(日) 夕食 《秋分の日》  
おはぎ
- 26日(木) 昼食 《食育メニュー/里芋》  
豚肉と里芋のオイスター炒め
- 29日(日) 昼食 《ファストフードメニュー》  
フィッシュバーガー

## 食中毒にご注意を

気温が下がってきたとしても食中毒の危険はなくなりません。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 作品展を行いました。

8月7日(水) 納涼祭会場の一部をお借りして、実施いたしました。折り紙の会開始の時から、作品展をすることを目標としてきました。

今まで作成してきた折り紙作品たちを、これまでご参加いただいた皆様も、作品を受け取られた皆様にもお楽しみ頂けたでしょうか。

## 折り紙の会

9月の折り紙の会はお休み致します。



## 8月の お食事振り返り



## 栄養士養成のための 実習生を受け入れました。



折り紙の会、納涼祭、お食事の見学で、実習生が皆様と触れ合う機会を頂きました。

皆さまのご理解・ご協力を頂き、ありがとうございました。

## 消防機器・緊急通報装置点検

居室内の消防設備・緊急通報装置の保守点検を行います。ご協力の程お願いいたします。詳細は掲示物をご確認ください。

日時：9月9日(月) 9:00～15:00  
午前 7・6・5階 / 午後 4階  
(7階⇒6階⇒5階⇒4階の順に行います)

当日はご在宅くださるようお願いいたします。  
ご不在の場合は職員までお知らせください。



## 冷温水発生機更新工事

せせらぎ冷温水発生機更新工事が実施されます。

工事期間中は共用部分の冷暖房が使用できない状態となります。

詳細はポスターをご確認ください。

開始予定日

令和6年10月1日(火)

終了予定日

令和6年12月27日(金)

ご協力の程、よろしくお願いいたします。



12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 ご挨拶と転用計画進捗報告。

<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/8/7納涼祭ご参加・ご協力へのお礼/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のご案内/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

○冷茶が足りない。また、冷やし中華のタレが少なく、以前のような追加のタレもなく、足りない。

⇒今回のお代わり提供方法変更で、麺がタレを吸わないよう別盛りにしたが、冷茶の件と共に検討します。

○西日対策について区の方で検討してもらえないか。

⇒今後の工事等の際に対策可能か今の時点では回答できないが、ご意見としては把握した。

○転用計画の引っ越しが2月に予定される場合、年末年始に準備するのは大変だ。

突然言われても準備できないんじゃないかと心配している。少しでも早く、9月にでも言ってくれたらと思う。

⇒居室の空き状況等の関係もあるので、9月に通知できるか今は言えないが、今のところは10月に通知したいと考えている。

○今年2月に区報で入居者募集があったが、今後も募集の予定はあるのか。

⇒今のところ次回募集の予定はないが、ケアハウスのニーズがなくなったわけではなく、その面も考えて事業を進めていかなければならないので、ご理解いただきたい。

## 8/15(木) 7階入居者懇談会報告

## ケアハウス納涼祭 ご報告 8月7日(水)、納涼祭を実施しました!

祭 まずは音楽サークルの演奏で、夏の歌を一緒に大合唱♪



そしてゲーム大会! すき焼きゲーム、面白かった! ねずみ叩きも白熱しましたね!

ありがとうございました!  
また来年の夏に!

# 渋谷区ケアハウスせせらぎ

令和6年 9月予定表

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
		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			
8	9	10	11	12	13	14
	消防設備・ 緊急通報装置 点検 不燃ごみの日		お楽しみ 上映会 午前と午後 	ケアハウス ご長寿祝賀会 14:00~15:00 		
15	16	<b>NEW</b> 17	18	19	20	21
	敬老の日 	楽々筋トレ講座 10:00 開始 	新・健康体操 ①10:00 開始 ②10:30 開始	6階入居者 懇談会 13:30~14:30		音楽サークル 13:30~14:30
22	23	24	25	26	27	28
秋分の日 水水 	振替休日	6階防災訓練 13:30~14:30 <b>防災訓練</b>	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		
29	30	10/1	10/2	10/3	10/4	10/5

## ＜相談員からのお知らせ＞

「災害時の連絡方法」「高齢者の服薬管理」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。

## 6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：9月19日（木）  
13時30分～14時30分

場所：6階食堂

