

渋谷区ケアハウスせせらぎ便り

令和 7年 9月 No.160 発行：社会福祉法人 奉優会

10月 講座・事業開催のご案内

季節のお茶会 <秋>

「季節のお茶会 <秋>」を実施いたします。季節に合わせたお茶とお菓子をご用意いたします。ゆったりと秋を味わいご歓談ください。

日時：10月23日(木)
14:00～15:00

場所：4階食堂

※後日お申込書を投函いたします。



椅子ヨガ

奇数月 第1火曜日
偶数月 第1・第3火曜日

座ってできる簡単なヨガです。
心身を整えリラックスしましょう！



<お楽しみ上映会>

作品は参加申込書にてお知らせします。

※10月は第4水曜日に実施します。

日時：第3水曜日 午前と午後に実施

場所：4階 面談室兼宿直室



Enjoy! 脳トレ 木曜日

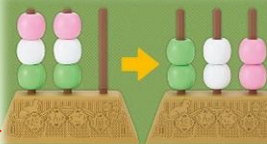


第1・第2・第4木曜日 午前と午後に実施

第1木曜日は Enjoy! 脳トレスペシャル！

毎月第1木曜には、いつもと違う脳トレパズルやゲームをご用意してお待ちしています！

※10/23(木)はお休みです。



新・健康体操 第2・第4水曜日

不思議と飽きない？長寿講座です！

※10月は第1・第3水曜日に実施します。



ケアハウスせせらぎ 音楽サークル

10月は19日(日) 13:30～14:30 に実施します。

場所：2階大学習室 または 4階食堂

<お知らせ> 実施場所に関わらず、ご見学、体験参加は大歓迎です！ぜひお気軽にお越しください♪



- 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：10月20日(月) 13:30～14:15

場所：4階食堂



令和7年9月11日

令和7年度ケアハウス
せせらぎ敬老会を開催
いたしました！

敬老会のご報告

音楽サークルのみなさんの演奏と、職員の手作りゲーム
大会で盛り上がりました！皆様ありがとうございました♪

遠くへ飛ばそう！



音楽サークルの演奏で、みんなで歌いました♪



流れるボールをキャッチ！今年のテーマは、頭と体の脳トレでした。



なかなかはさめずイライラ(笑)

10月の献立表



6日(月) 昼食 《十五夜》
温玉月見うどん・十五夜デザート

8日(水) 昼食 《蕎麦の日》
蕎麦・海老といかのかき揚げ

23日(木) 昼食 《食育メニュー/大豆》
小海老とほうれん草の
豆乳味噌クリームスパゲッティ

26日(日) 昼食 《骨付き魚の日》
秋刀魚の塩焼き



31日(金) 昼食 《ハロウィン》
ハロウィンプレート・ハロウィンババロア



職員からのお願いです

○配膳車への下膳について

配膳車に新しいお膳が入っている状態で、食べ終わったお膳を入れないでください。両側からよく確認してください。洗った食器でも、不快に思う方もいますので、入れないでください。

○食堂のごみ箱について

- ・ケアハウスのお食事提供される納豆のパックや牛乳・ヨーグルトの容器、果物の皮等はフロアのごみ箱に捨てず、お膳にのせたまま下膳して下さい。
- ・ご自身で用意したお惣菜等の容器は、お部屋に持ち帰り処分して下さい。また、生ごみやお部屋で出たごみもフロアのごみ箱・配膳車には入れないでください。

※ごみ箱が感染症の感染源となることもあります。
感染予防のため、皆様のご協力をお願いします。



敬老の日お食事



敬老の日の昼食は、
鰻ちらし、沢煮椀、
天ぷら盛り合わせ、
季節の煮物、果物を。
盛りだくさんなお膳
に満足いただけたで
しょうか？

10月13日(月・祝) 昼食の 食事時間変更のお知らせ

電気設備点検での停電により、
昼食の食事時間が変更になります。

10月13日(月・祝)
11時15分～12時15分

お間違いのないよう、
お気を付けください。
ご迷惑をお掛けしますが、
よろしくお願い致します。



冷茶提供終了のお知らせ

9月30日をもちまして、
冷茶の提供を終了いたします。

**10月1日より配膳ワゴン上の
お茶が温茶へ戻ります。**

※卓上のお茶は引き続き温かいお茶です。
気温は下がっても、
水分補給を心掛けましょう。



10月13日(月・祝) 電気設備点検(停電・断水があります)

停電時間:12時45分頃～16時頃 食事時間:11時15分～12時15分

●ご注意点

- ・停電中は断水のため、汲置きの水をご用意ください。・停電前に水道の蛇口(洗濯機等も)を閉めてください。
 - ・エレベーターは停止します。**・居室内の停電はありませんが、テレビ、インターネットの使用はできません。**
 - ・4階大浴室の使用は中止となります。・復電後は館内放送の指示に従ってください。
- ※水道復旧後は水道管に空気が入っているため、蛇口を少し開き、連続して水、お湯が出てからご使用ください。



★外壁改修工事等実施されています。スケジュール等随時更新されますので、各階食堂の掲示物をご確認ください。



あたためまして、入浴についてのお願い

- ・他の方にシャワーやタオルの水しぶきがかからないようご注意ください。
- ・湯船の中で体をこすったり、頭を浸けたりしないでください。
- ・湯船の中にタオルを入れないでください。
- ・シャワーやカランの止め忘れがありませんよう、お願いいたします。

皆様が気持ちよく入浴できますよう、周囲へのご配慮、ご注意をいただけますよう、あたためてよろしくお願いいたします。



◇粗大ごみについて◇

粗大ごみをお出しになるには、下記に収集を依頼してください。

粗大ごみ受付センター

03-6834-4777 (月～土 9時～17時)

収集日が決まったら、職員までお知らせください。
当日朝、指定時間までに地下2階の所定の位置にお出してください。(前日からの出し置きはできません)



<ケアハウス健康診断について>

健康診断を11月5日(水)9時30分～11時30分に実施いたします。

「健康診断受診確認票」を皆様に投函いたしました。**10月3日(金)までにご提出をお願いいたします。**

※受診を希望されない方もご提出をお願いいたします。



9/18(木) 6階入居者懇談会報告

5名の入居者様にご参加いただきました。

<奉優会より>

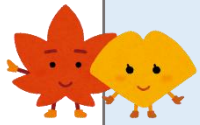
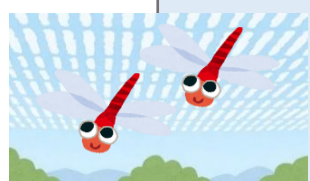
基本的な感染症予防の継続のお願い/生活音について/角部屋の外側共用部の窓掃除について/レジオネラ属菌検出についてのご報告/10/13(月)電気設備点検について/せせらぎ大規模改修工事について/各種講座・行事等のお知らせ、ご参加ご協力へのお礼/入浴マナー、食堂のごみ箱使用、玄関ドア開放についてのお願い/緊急連絡先等の変更はご連絡を/せせらぎ健康診断について/アセスメント再開につきご協力をお願い/10月イベント食のご案内/食事アンケートご協力へのお礼/食中毒予防について/防災関連ご報告・ご案内

▼意見交換

- 外壁工事期間中、エアコンは使える? ⇒室外機に防塵カバーをつけさせていただき、基本的には使えるが、状況によっては一時的に使用を止めていただくこともあり得る。その場合はあらかじめお知らせいたします。
- 外壁工事期間中、洗濯物が干せないと聞いたが? 長期間だと影響が大きい。⇒2階の専用掲示板に、干せるかどうか部屋ごとに○×がついた週間予定表が掲示された。本日、後ほどケアハウス各階にも掲示されるのでご確認ください(現在、掲示済)。工事についてのご意見、ご質問等は、専用の用紙に記入の上ご提出ください。
- 外壁工事期間中、換気扇を使ってはいけないと聞いたが? ⇒換気扇は、換気のために使用できます。
- 居室のシャワーは使っていないが、シャワー室に臭いがする。⇒長い間使わないとトラップの水が枯れて匂いが上がってくる。週に1回くらいでいいのでたまに水を流してください。
- 4階大浴室で、浴槽に髪の毛が浮いていて、いつも取っている。アカパス(以前使用していた垢取り器)があった方がいいのではないかと。⇒試験的に外している状況ですが、アカパスの使用につきましては、今後話し合いのうえで決めてまいりたいと考えております。ご意見がございましたら、随時お知らせいただければ幸いです。
- 転用計画で6階は当初の予定より遅くなっている。いつになるのか。⇒去年は9月末に区から進捗状況等のお知らせが届き、今年も同時期に来ると思う。⇒9/30(火)、区からのお知らせを皆様のポストに投函しました。

渋谷区ケアハウスせせらぎ

令和7年 10月予定表

日	月	火	水	木	金	土
9/28	9/29	9/30	1	2 	3	4
			新・健康体操 10:15 開始	Enjoy!脳トレ スペシャル! 9:30~11:00 13:30~15:30		
5	6	7	8	9	10	11
		椅子ヨガ 10:15 開始		Enjoy! 脳トレ木曜日 9:30~11:00 13:30~15:30		
12	13	14	15	16	17	18
	不燃ごみの日 電気設備点検  スポーツの日		新・健康体操 10:15 開始	5階入居者 懇談会 13:30~14:30		
19	20	21	22	23	24	25
音楽サークル 13:30~14:30	4階防災訓練 13:30~14:15 	椅子ヨガ 10:15 開始	お楽しみ 上映会 9:30~11:30 13:30~15:30	季節のお茶会 ＜秋＞ 14:00~15:00 		
26	27	28	29	30	31	11/1
						

＜相談員からのお知らせ＞

「変形性関節症中高年で増」
「足底腱膜炎 放置は禁物」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。

5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：10月16日（木）
13時30分～14時30分

場所：5階食堂

