

# レイクサイドだより

## 第54号

(令和元年10月)

発行所

介護老人保健施設 レイクサイド木場  
石川県小松市三谷町そ80番地  
TEL 0761(23)1800  
FAX 0761(23)7280

3階の改修工事が完了しました

## 3丁目いこいの杜フロアが広くなりました！

7月より開始した3丁目の改修工事がこの度、完了しました。

2か月間以上にわたる工事期間中には、みなさまに大変ご協力いただきまして誠にありがとうございました。



家族介護教室  
1・2



車いす専用  
トイレ



洗面所



今回の改修工事により、3丁目いこいの杜フロアが広くなりました。フロアの一角に洗面所を設置し、食後の口腔ケアへの移動がスムーズになりました。またフロアから直接行ける車いす専用トイレの設置や、みなさまがくつろぐスペースに、新しく吊り下げ式の大型テレビを設置するなど、より快適に過ごしていただけるようになりました。

また、家族介護教室は、場所を移動して2室に新設しました。以前よりも機能的で過ごしやすくなったかと思います。

**ご長寿祝 “100歳” おめでとうございます！**  
**「石川県」・「小松市」からの100歳長寿のお祝いで表彰を行いました。**

レイクサイド木場では今年おめでたく100歳を迎えられた方がお二人いらっしゃいました。9月4日は、小松市和田市長が施設に来所され、あたたかいお祝いの言葉と表彰状などをいただきました。ご家族もご一緒され、利用者のみなさまからも拍手喝采と万歳でお祝いの式を行いました。また、9月26日には、石川県と国からの表彰で関係の方が訪問され、祝福の言葉と表彰状などをいただきました。感極まって涙あふれる利用者様、奥様や娘さんにも祝福され、あたたかなひとときとなりました。レイクサイドからは、記念品と花束が贈られました。“100歳”おめでとうございます！



新天皇「即位礼正殿の儀」にちなんで

## 「令和」ご即位クイズ!



今年は、5月1日に新元号「令和」がスタートし、10月22日には、新天皇の「即位礼正殿の儀」が行われます。レイクサイドでもご即位にちなんだクイズを3問！応募者の中から抽選で3名の方にステキなプレゼントをご用意しています。みなさまこそってご応募ください!!

- 問1. 初代と伝えられている神武天皇から始まって、現在の天皇は、何代目でしょうか？  
① 102    ② 126    ③ 248
- 問2. 今年7月に開催されたユネスコの世界遺産委員会で「世界文化遺産」に登録された古墳はどこ？  
①石舞台古墳    ②二子塚狐山古墳    ③仁徳天皇陵古墳
- 問3. 皇位の象徴する宝物として「三種の神器」がありますがこの三種とは“鏡”と“勾玉”ともう一つは何でしょうか？  
① 弓    ② 剣    ③ 扇

応募用紙はレイクサイド窓口と2階にあります。みなさまのご応募お待ちしております！

# 柿の葉寿司 つくりました



通所リハビリテーションにて、9月27日、柿の葉寿司をつくりました。一升二合のすし飯を用意して、小さなおにぎりをにぎって、具材は鮭と油あげに黒ごまと桜えびをのせて寿司桶に詰めていく作業をみなさんで行いました。



「毎年つくった～家ではもっと大きいおにぎりやわ」「お～おいしいそうや！  
楽しみな～」とつくりながらわくわく感が増していきます。  
寿司桶で押されている時間も待ち遠しく、当日のおやつ時間にみなさんでおいしくいただきました。

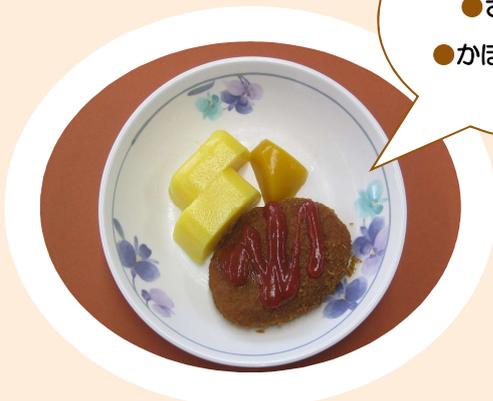
## ソフト食のご紹介

レイクサイドの食事では噛む・飲み込むことが困難となった方向けにソフト食を導入しています。「ソフト食」とは、高齢者向け食事サービスのひとつで一般的には食事を素材ごとにミキサーにかけてペースト状にしてから、もとの食形態に近い状態に再現したものです。

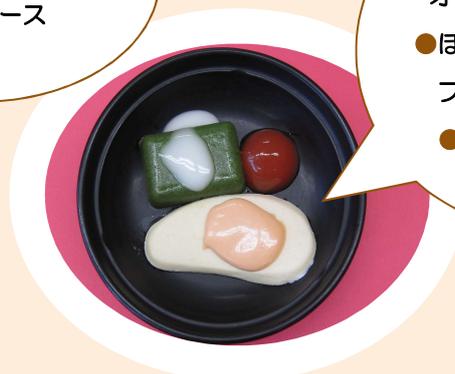
キザミ食が飲み込みにくく口に残りやすいなど嚥下が困難となった方に、より安全に美味しくいただくための食事サービスです。

ソフト食導入により、形あるものを安全に味わっていただくことで誤嚥の減少や食事摂取量の増加につながり、栄養状態が改善するなどさまざまな効果があります。

- メンチカツ
- さつまいもサラダ
- かぼちゃムース



- 鶏肉ムースのオーロラソースがけ
- ほうれんそうにフレンチドレッシング
- トマトゼリー



## 頭の体操・ゲームなど

計算問題、漢字ドリル、囲碁、将棋、オセロなど色々な問題やゲームを取り入れる事ができ、それぞれの能力やお好みに合った問題やゲームを選択することができます。



## 自主トレや体操

紙面での理解が難しい方でも、動画に合わせて動きを真似するだけで、お一人でも簡単に体操が行えます。



# リハビリに “iPad”を 導入しました♡

レイクサイドのリハビリテーションでiPadを活用しています。今では幅広い世代で使われているタブレット、それでもまだまだ高齢者世代では馴染みがないかもしれません。・・・iPadを使ったさまざまなリハビリを楽しみながら取り組まれています。



## 検索機能

失語症の方へ実際に写真等を提示し確認しながらリハビリを行うことができます。



## 写真や動画撮影

利用者様の姿勢や歩行を撮影し、改善点を一緒に確認しながらリハビリを進めて行くことができます。また、普段見る機会が少ないリハビリ風景等を撮影し、家族様に見て頂く事も出来ます。

そのほかりハビリスタッフの業務の中でも、家屋訪問へ行った際の写真や動画を撮影、リハビリテーション会議での使用など、業務改善にも活用しています。

簡単に操作することができるので、今後のリハビリでもさまざまな形でみなさまにご紹介して活用していきたいと思っております。興味のある方は、ぜひ使ってみてください。