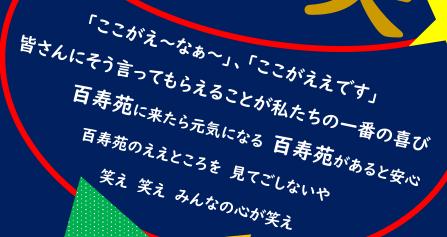
### 百寿苑情報誌

No. 7 令和4年12月発行















# 社会福祉法人 赤碕福祉会 介護老人福祉施設 百寿苑

〒689-2501 鳥取県東伯郡琴浦町赤碕 1061 番地 3

TEL:0858-55-2051

http://www.hyakujyuen.jp/

スマートフォンも対応しています





# 介護老人福祉施設 百寿苑

お気軽に ご相談下さい。



























ポート赤碕に ドライブ







<お問い合わせ先>

**TEL 0858** 

担当:新宮美紀子





55 - 2051

宮本 浩







































私達と一緒に

働きませんか (\*^ ^\*)



家庭菜園

















# デイサービスでの機能訓練の紹介無料体験・見学もしております!





百寿苑ディサービス 百寿苑きらりディサービス

TEL:0858-55-2051(担当:中村)

TEL:0858-55-7022(担当:高塚)







### 個別訓練・集団体操の様子

機能訓練指導員が、利用者様一人一人に、日常生活の中で不安に感じている動作や、身体の状態を伺った上で、

「こういうことがしたい」「こうなっていたい」という目標とするゴールまで伺い、その実現に向けて

適したメニューを考えます。



# ラダー体操 マス目に合わせて決められた足の運びを

繰り返えす体操です。

考えながら歩くことによって頭と体を 同時に使い、認知症の予防を行っています。





筋力・関節可動域を確認し、 訓練内容を提案します。



みんなで楽しく自宅でもできるような簡単な 運動を提供しています。

自宅での自主訓練に繋げていきます。



手や指が動かしにくい方には おはじきなど小さい物品を摘 まんだり離したりして、手の 細かな運動を行っています。



バランスディスク を使用した体幹筋 力を鍛える運動で

その他、各種機械を 設置し理学・作業療法士の 指導のもと機能訓練を 行っています。



### バランス練習

立っている時や 座っている時に ふらつかないように訓 練を行っています。

## ご高齢の方の食事のサポートと<mark>見守り活動</mark>を行っています









# 百寿苑のお弁当

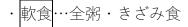
配達時間 17:30~18:30 ※配達地域は旧赤碕町内です。



普通食 650円

特別食 750円

- ・糖尿病予防食…利用者個々に合った摂取カロリーの提供
- ・腎臓病予防食…カリウム制限





百寿苑のお弁当のうれしい3つのポイント

- ①栄養士が献立を作成!
  - 1 食あたり約 600kcal、たんぱく質 23g、塩分 3g
- ②食事形態の希望を伺います!
- ③必ず安否確認を行い、在宅生活を支援します!

### 百寿苑配食サービスセンター

TEL:0858-55-2051 (担当:橋本)



お声掛けした上 で手渡しさせて いただきます

### ケアマネジャーさんに相談してみよう!



「最近、おばあちゃんがお風呂に入るのに転倒の心配があるのですがどうしたらよいですか? |

デイサービスでの入浴 はどうでしょう?



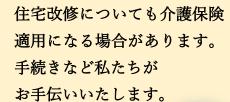
介護保険適用の レンタル商品をご自宅で 使ってみませんか?



あかさき介護支援センター 管理者 奥田 TEL 0 8 5 8 - 5 5 - 2 3 1 0



浴槽台やシャワーチェア などは介護保険を利用し て購入もできますよ。





お気軽にご相談ください

## いつまでも元気でいきいきと **薬** 暮らすために!



# 介護予防教室

体験してみませんか?

対象:65歳以上で要介護・要支援認定を受けておられない方

もの忘れ・転倒が気になる方

連絡先:0858-55-7022(担当:下池・岡)

認 知 症 対 応 型 グループホーム

あかさき

きらり

はなみ

<問い合わせ先>

0858-55-5501

担当: 南(ミナミ)

グループホームでは、コロナ禍でも感染対策を守りつつ、入居者様に楽しんで頂けるよう行事を計画しています。今回は行事の様子の写真をご紹介いたします。

