



皆さんで敬老会を楽しみました！
ピンク…100歳以上の方
白…99歳、紫…77歳 90歳
黄…88歳、赤…60歳

祝

敬老の日

入居者様のご長寿を祝い
『お祝い膳』をご用意いたしました。各ユニットにてノンアルコール飲料やソフトドリンクで乾杯し
楽しまれました。
皆様のさらなるご健康をお祈り
いたします。



～ 9月17日 敬老会 ～

萩ご飯・お吸い物・天ぷら
サーモンマリネ・煮物
花五目卵焼き・魚の照り焼き
小松菜の柚子和え
若鶏八幡巻
祝まんじゅう・ケーキ・梨

ゼリー食

・萩粥ゼリー・汁ゼリー・鶏の照り焼き
・煮物（つみれ、筍、人参）
・小松菜のサラダ・苺パッパア
（生クリーム・フルーツソース）



理学療法士のつぶやき ② 関節可動域を維持していきたいですね



猛暑の夏から解放されて穏やかな季節になってきました。「芸術の秋」「スポーツの秋」などと申しますので皆様も穏やかな季節を楽しんでいらっしゃると思われます。人間は他の哺乳類の中でも珍しい二足歩行を定常的に行う動物です。そして人間は他の哺乳類には珍しい様々な進化をしてきており「関節可動域」という観点からも他の哺乳類とは異なる側面があると思います。一部の例外はもちろんありますが、人間は各関節の関節可動域が大きすぎます（可動性が広い）、肩関節は可動域が大きいから肩の問題が多いとも言われています。手指が滑らかに動いたり腕を捻ることが可能になったことで格段に進化が進んだとも言われています。例えば手のひらを反すことが出来なくなると前掛けの腰ひもを結びづらくなったり、髪をとかし辛くなったりと関節可動域が低下することで少なからず生活動作に影響が出ることが想像できると思います。個々の生活環境により違いはあると思いますが、様々な生活動作を行う上でも関節可動域（柔軟性）は維持していきたいですね。

理学療法士 佐藤浩通



～入居者ご家族様へ イベント開催についてご案内いたします～

要予約

テレビ朝日福祉文化事業団では、1987年から高齢者の皆様に喜んでいただけることをコンセプトにプロ歌手による「高齢者施設福祉訪問」を行っておられます。この企画に当施設が応募したところ『沢田亜矢子さんによる歌謡ショー』を開催して頂けることが決定いたしました。つきましては入居者ご家族様も一緒に参加し楽しんで頂きたいと思いご案内いたします。

日時 令和7年11月7日（金） 14:00～15:00

場所 わかくさ多目的ホール

＊事前予約制となっておりますので、ご希望の方は事務所までご連絡をお願い致します。

尚、お席の数が限られておりますので参加が困難になる場合もございますが、ご了承くださいませ。

＊当日、入居者様の体調等により参加できない場合もございますが、予めご了承くださいませ。



わかくさの理念「ともに あなたらしさの虹をえがく」 ～ 基本方針 ～

・良質なサービスを提供します ・向上心を持った職員が接します ・地域との連携を図ります ・笑顔が絶えない施設をつくります