

自分らしく生きるために
～適切な歩行補助具を使用しましょう～

4月10日はレクリエーションの時間に、歩行補助具（歩行器、杖など）の適切な使用についてお話をいたしました。歩行補助具を適切に使用する事で、安全に歩くことに繋がり、買い物や散歩の機会が増える、行動範囲が広がるなど生活の質も向上します。「最近歩行が不安定になってきた」等不安を抱えている方がいらっしゃいましたら、リハビリ職員までお気軽にご相談ください。施設にも様々な歩行補助具があるため、お試して使用してみることも可能ですよ。

新しいスタッフの紹介

新年度になり、葵の園・柳生にも新しいスタッフが仲間入りしました！



(介護職員)

①出身..名取市
②趣味..友人とおしゃべり、スノーボード
③皆様に一言..いつも笑顔で頑張ります。
どうぞよろしくお願いいたします。



(ドライバー・施設管理)

①出身..仙台市泉区 ②趣味..アウトドア
③皆様に一言..安全・安心な運転に心がけ、ご利用者様に笑顔になっていただけるような仕事をしたいと思います。よろしくお願いいたします。

先月に引き続きリース作りや桜の押し花作り、職員と一緒に畑作業にも取り組まれました。

4月のクラブ活動

制作

施設の桜です。今年の桜も綺麗でしたね！

工作

帽子のマグネット、カゴが完成しました！

学習

囲碁将棋

書道

葵の園
・柳生

通所
リハビリテーション
通信

第130号
2024年5月発行

5月

日	月	火	水	木	金	土
28	29 昭和の日	30	1 硬筆 「俳句に親しむ」	2 朗読 「怪談」	3 憲法記念日 5月病にならない 疲れにくい身体づくり	4 みどりの日 クラブ活動
5 こどもの日 本日はお休みします。	6 振替休日 早めに予防！ 食中毒	7 クラブ活動	8 クラブ活動	9 理学療法士による 「健康に暮らせるための 五十肩予防」	10 クラブ活動	11 輪っかを使い 指先体操
12 本日はお休みします。	13 クラブ活動	14 テラシを使って 身体を動かそう！	15 作業療法士による 「栄養と作業について」	16 クラブ活動	17 クラブ活動	18 身体が「目覚める」 元気体操
19 本日はお休みします。	20 理美容 輪っかを使い 指先体操	21 理美容 朗読 「怪談」	22 理美容 クラブ活動	23 理美容 クラブ活動	24 理美容 言語聴覚士による 「オーラルフレイル について」	25 理美容 クラブ活動
26 本日はお休みします。	27 クラブ活動	28 クラブ活動	29 テラシを使って 身体を動かそう！	30 身体が「目覚める」 元気体操	31 硬筆 「俳句に親しむ」	1

印の付いている日は13：25～13：55頃に音楽療法があります。 脳トレ・リズム体操は毎日実施します。（11：10～11：20頃）

旬のグリーンアスパラをいただきましょう！

アスパラは主に春先から秋にかけて収穫されますが、冬でも少量の収穫があります。1番おいしいとされているのが路地栽培の初夏にかけてです。グリーンがきれいでクセがないおいしさから家庭料理に活躍する食べ物です。調理する際は、下茹でしておく使いやすいです。サラダに加えたり、炒め物にしても良く、天ぷらにするのもおすすめです。

グリーンアスパラつくね巻き（2人前）

【材料】グリーンアスパラ4本、豚挽き肉250g、薄力粉大さじ1
サラダ油大さじ1、A：（卵1個、おろし生姜1/2片、片栗粉大さじ1、塩適量）
ポン酢大さじ2

1）アスパラの根元を切り、根元部分から4～5cm薄く皮をむく。半分の長さに切り、薄力粉をまぶす。

2）豚挽き肉にAの調味料を入れて粘りが出るまでよくこねる。こねたら8等分に分けてアスパラを包むように成型する。

3）フライパンにサラダ油を入れ中火で両面焼き色がつくまで焼き、蓋をして弱火で7～8分焼く。最後にポン酢をかける。

リハビリテーション 体験利用随時受付中

理学療法・作業療法・言語聴覚療法・音楽療法

空き情報

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
◎	◎	◎	◎	◎	◎
◎：十分空きあり ○：若干空きあり △：要相談					

※別途昼食代650円がかかります

短時間利用コースもございます。

ご希望の方は 022-381-8668 までご連絡ください。

担当 針生・菊地・大友

発行元 ・ 介護老人保健施設 葵の園・柳生
仙台市太白区柳生字台57-1