

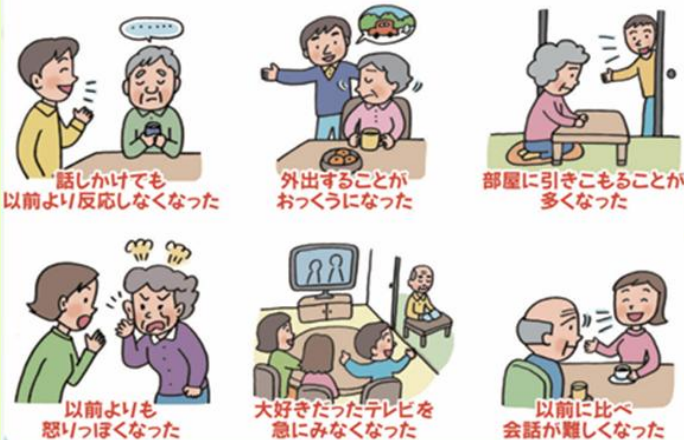
「ヒアリングフレイル」にご注意

「ヒアリングフレイル」とは「老化による聴覚機能の衰え」です。「老人性難聴」を意味し、聴覚機能の低下が引き金となって起こる、心身の活力が衰えた状態（フレイル）を指します。これは単なる難聴ではなく、難聴によってコミュニケーションが困難になり、人との交流が減って社会的孤立が深まり、精神的な問題が生じ、さらに身体的な活動量も低下することで、最終的に認知機能の低下や転倒リスクを高め、要介護状態へ繋がりがやすくなるという新しいフレイルの概念です。

ヒアリングフレイルは早期発見・早期耳鼻科受診が重要です。こんな場面があれば一度、相談してみましょう！

ヒアリングフレイルを見逃さないために

難聴は、本人でも気づいていないことが多く、またできるだけ周囲に知られたくないものです。そのためヒアリングフレイル状態となっても周囲に気づかれにくいことでさらに進行します。



もしかして、聴力の低下の影響かもしれません

職員の紹介



千■ ■子（介護職員）
出身：神奈川県（仙台に住んでいる方が長いです）
趣味：フラワーアレンジメント
7月に入职いたしました。まだまだ不慣れなこともあります、皆様のお力になれるよう楽しく過ごしながら頑張ります。

目標にあわせたリハビリテーション

涼くなったこの時期はこれからやってくる寒さに備えて、身体をしっかりと作り上げることが必要不可欠です！

今回は目標達成に向けて日々取り組んでいるリハビリの一部をご紹介します！



立って手指と頭を使う練習



洗濯物を畳み仕分ける練習



歩行の練習



卓球でバランス向上の練習



調理練習

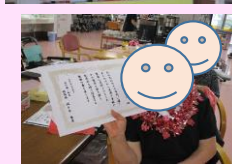


物を持って屋外を歩く練習

健寿を祝う会が賑やかに開催されました

健寿（けんじ／けんじゅ など）」とは、「健やかで長生きすること・健康で長寿であること」という願いを込めた名前・語です。

祝う会当日は笑顔と拍手に包まれ、参加された皆様は催しや交流のひとつを楽しまれ、和やかで心温まる時間となりました。これからも楽しい行事を続けていきたいと思ひます。



葵の園
・柳生

通所
リハビリテーション
通信



第159号

2026年10月発行

日	月	火	水	木	金	土
10月	28	29	30	1	2	3 (健康講話) 蜂窩織炎を知ろう
4	5	6	7	8	9	10 (講話・体操) 足がつかない為の5つのポイント
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

脳トレ・リズム体操は毎日実施します（11：05～11：20頃）

印の付いている日は13：10～音楽鑑賞、13：25～13：55 は音楽療法があります

印の付いている日は13：10～13：55 音楽鑑賞のみ

10月は食品ロス削減月間！

10月は「食品ロス削減月間」、10月30日は「食品ロス削減の日」です。食品ロス＝本来食べられるのに関わらず捨てられてしまう食品のことです。日本では、食品ロスが614万トン発生しており、国民一人あたりに換算すると毎日ご飯茶碗1杯分を捨てているのと同じことになります。家計による食費の割合は1/4と言われており食品ロスを減らすことで節約にもなります。

～家庭でできる食品ロス削減の取り組み～

食材の計画的な購入と消費

食べきれる量の注文と料理

すぐに食べるものは「てまえどり」で食品ロス削減に貢献

リメイク料理で簡単！食品ロス削減メニュー

～余ったシチューを使って簡単ドリア風～



【材料】・シチュー…1人前

【作り方】

・ご飯…120g

①ご飯・シチューをあらかじめ温めておく。

・コンソメ…小1.5

②ご飯にバター・コンソメを混ぜる。

・バター…5g

③耐熱容器に②を入れその上にシチューをのせる

・チーズ…お好みで

④③にチーズをかけてトースターやオーブンで焼き

・パセリ…お好みで

目が付くまで加熱しお好みでパセリをかけて完成。

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					

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。



← ホームページはこちらからご覧ください



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