



## おやつ取りゲーム&お菓子パーティ



おたまで玉まわしゲーム！落とさないように頑張りました。



2つのチームに分かれて、勝ったチームが好きなお菓子を選ぶゲームをしました。両チームとも白熱したゲームで盛り上がりました。



どちらも美味しいそうだけど  
どっちにする？



## お知らせ



### ～療養棟の面会について～

当面の間、ガラス越し面会とオンライン面会での対応を継続させていただいております。

ご利用者1名に対してガラス越し面会とオンライン面会のそれぞれ月1回ずつのご予約となります。

どちらも完全予約制で、**前月の15日から受付ております。**

面会時間は10分程度となります。

ご予約は**平日10時～17時にオンライン面会はメールにて、ガラス越し面会は電話(045-827-1141)での申込みとなります。**

詳細は支援相談員までお問い合わせください。



### ハツ子さんの作品コーナー



この赤い人形は『さるぼぼ』といいます。  
飛騨高山など岐阜県飛騨地方で昔からつくれる人形です。  
飛騨弁では、赤ちゃんのこと「ぼぼ」と言い、『さるぼぼ』は「猿の赤ん坊」の意味です。



発行 医療法人社団康久会 介護老人保健施設グリーンワーフ東戸塚 広報委員会  
〒244-0805 横浜市戸塚区川上町151番地 TEL 045(827)1141 FAX 045(827)1294  
<http://www.greenwharf.com/>



# みどりの風



No.82 令和3年2月1日発行  
グリーンワーフ東戸塚

## 2021年 新春会獅子舞

お正月の伝統芸能である獅子舞は、室町時代に伊勢国でお正月に飢饉や疫病除けに獅子舞を舞ったことが発祥で、江戸時代初期の江戸にてその風習が定着したことから全国に広まったと言われています。

獅子舞の獅子に頭を噛まれると、『その人についた邪気を食べてくれる』と言われています。又、獅子が噛みつくと、『神が付く』と縁起担ぎの意味もあると言われています。



令和3年1月22日に各フロアにおきまして、新年会を行いました。  
当日は、職員が扮する赤い獅子と黒い獅子をご利用者の皆様に披露しました。



**みなさん、今年も1年元気に過ごしましょう！**



2頭の獅子たちは、皆様の頭を噛みながら、間を縫って練り歩きました。ご利用者の中には、自ら頭を噛まれようとする方も多くみられ、にぎやかで楽しい新年会となりました。



# 水分摂取量をアップさせよう！

～食事ケア委員会の取り組み～



食事ケア委員会ではご利用者の嚥下状態や、水分摂取量についてさまざまな取り組みを行っています。今回は食事ケア委員会が療養棟で行っている取り組みについて、ご紹介します。

## ○脱水にならない為に・

高齢の方は喉の渇きを感じにくくなります。またトイレに行くのが大変と意図的に水分を控える方もいます。その為水分摂取量が減少し、脱水を引き起こしてしまう危険性があります。脱水を防ぐためにはこまめな水分摂取が必要です。

グリーンワーフ東戸塚では、水分補給に麦茶やほうじ茶の他にポカリスエットも提供していました。ポカリスエットは、甘みがありお茶が好きではない方でも摂取してくれますが、カロリーが高く100mlで25kcal→1日1000mlの水分補給を行うと250kcalとご飯1膳分のカロリーを水分で摂取する事になってしまいます。



## ○体重増加を気にせずに水分補給・

ポカリスエットで水分補給をする事で水分摂取量は増えますが、体重増加に繋がってしまうことがある為、ポカリスエットをオンドリンク（甘味はポカリより強いがシュガーレスなので低カロリー）へ変更しました。

オンドリンクは100mlで5kcal→1日1000mlの水分補給を行つても50kcalとビスケット1枚分（ポカリスエットの4分の1）のカロリーで抑えられます。ご利用者からは「おいしい！」と評判で以前より皆様の水分摂取量が増えました。そして体重増加を気にせず水分補給して頂けるようになりました。



## ○コップを変えてみたら・

150ccのコップを200ccのコップへ変更しました。お替りをされる方は少ないですが、1杯はしっかりと飲んで下さい。そのため一回の摂取量が50ccアップし、1日の水分摂取量も平均250cc～300ccアップしています。



## ○みなさんに感想を聞いてみました・



イオンドリンクはいかがですか？  
コップも新しくなりましたが、いかがでしようか？

キレイなコップだと、美味しく感じるわね。



ブドウの香りがいいね。これなら、たくさん飲めるよ。



コップがカラフルで、好きな色を選べるのが楽しいわね。



イオンドリンクへの変更と、カラフルコップの導入は皆様に好評でした。  
これからも施設では、この様ないろいろな取り組みを行っていきたいと考えております。



# ティケアクリスマス会



令和2年12月21日から25日はティケアでは毎日がクリスマス♪  
ゲームや美味しい昼食とデザート!! 皆さん笑顔の一日を過ごしました。



サンタからのプレゼント



食事



笑顔



クリスマス特別メニューとデザート



リハビリ職員によるハンドベル演奏  
きよしこの夜



# 療養棟にサンタがやってきた

メリークリスマス！みなさんにプレゼントを届けにきました！



トナカイがサンタのソリを重そうに引いています。  
ガンバレー!!



ご家族の皆様にご協力いただきました写真は、  
サンタさんから皆さんに配らせていただきました。  
ご協力いただき有難うございました。



サンタは誰でしょう？わかりますか？

