

なぎさ苑だより

Vol. 265

2025年
6月号ホームページ(URL) <https://hokuseikai.or.jp/>

～なぎさ苑3つのケア方針～

「その方らしい生活を支援します」「その方の持っている能力を引き出します」「笑顔を大切にします」

通所 リハ

できる喜びが、あしたの一步につながる

なぎさ苑の通所リハビリテーションでは、リハビリとは『誰かにしてもらう』ものではなく、『自らが積極的に取り組む』ものと考えています。ご自身でできること（室内の移動やトイレ動作、入浴時の着替えや洗身など）は、できる限りご自身で行っていただくことで、日常生活の自立を支援します。私たちは、その過程を全力でサポートし、安心して取り組んでいただける環境を提供いたします。



パワーリハビリ始めませんか？～転ばぬ先の備えにも～

軽い負荷で行うマシントレーニングです。加齢に伴い、普段あまり使われなくなった筋肉を無理なく動かせるよう、正しい姿勢と適切なタイミングで反復運動を行い、体の動かし方を自然に覚えていきます。継続してパワーリハビリを行うことで、『立ち上がりがスムーズになる』『姿勢が良くなる』『転びにくくなる』といった効果が期待されます。さらに、活動性や体力の低下を改善し、より活発に過ごせるようになることを目指します。



おいしく食べて、人生を楽しむ～歯科衛生士が寄り添うケア～

歯科衛生士による専門的な口腔ケアを実施しています。毎日の食事を快適に楽しみ、健康を維持するためには、お口の健康がとても大切です。口腔ケアでは、歯や歯ぐきの清掃だけでなく、お口の機能を維持・向上させるためのアドバイスも行い、食べる楽しみを支えます。

また、定期的なケアを通じて、誤嚥や感染症の予防にもつながります。安心して過ごしていただけるよう、専門スタッフが丁寧にサポートいたします。

【6月の主な予定】

6月 13日 散髪「ちょきぞう」様 来苑

6月 25日 散髪「ヘアサロンおかもと」様 来苑



【6月入浴日の変更】

入浴日の変更はございません。



【洗濯物の受け渡しについて】

洗濯物の受け渡しについては、スムーズに受け渡しができるよう、お手数をお掛けしますが**前日までに**ご連絡いただきますよう、ご協力お願いいたします。

須津なぎさカフェのご案内

開催日：7月 9日(水)13:30～15:00

場 所：吉津地区公民館 参加費：200円

ご予約は **なぎさ苑** 0772-46-1200 まで