



# オリオン新聞

第130号

発行日

令和4年9月1日

## ☆オリオン介護教室～ほっとカフェタイム～☆

片平町蟻塚地区の皆さんとの地域交流を目的に、健康づくりと予防介護をテーマに介護教室を開催しました！  
豆腐入り生地を使ったピザ作りをメインに、「糖尿病食にお勧めの食材」「簡単にできる干し野菜の作り方」、「介護福祉士の1日」を動画で紹介させていただきました。

利用者さんとの交流はまだまだ難しいですが、皆さんにオリオンを知っていただける機会となり、「楽しかったよ」「またよろしくね」と喜んでいただきました♪



## ☆壁画紹介☆



利用者の皆さまは毎月、  
季節に合わせた壁画を作成しています！  
今回はのテーマは、夏！！  
個性溢れる壁画が出来上がります♪



## ～オリオン畑～



今年のかぼちゃ、トマト、じゃが芋、トウモロコシ、落花生など10種類の野菜を植えました！

リハビリや、レクリエーションの一環として苗植え、手入れや収穫を利用者さんで行っています。収穫した野菜たちは管理栄養士さんと協力し調理しています☆

自分たちで育てた野菜の美味しさは格別！！

「おいしいね！」「またやりたいね！」など喜びの声が多く聞かれます♪



瓢箪や向日葵、  
鬼灯なども育てています。



## ～ピザ窯～



職員オリジナル手作りピザ窯！！  
利用者さんの見守る中、作成しました☆  
施設の畑で採れた野菜で作るピザを  
皆さんと作って食べるのが楽しみです♪



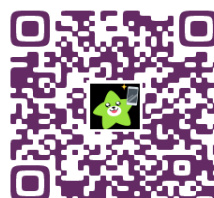
YouTubeでは「オリオン運動会」の様子や  
「介護福祉士の1日」を紹介！  
HPやFacebookでは最新情報を随時更新！！  
ぜひぜひご覧ください♪



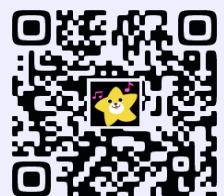
YouTube  
「ほしくまチャンネル」

1:35 / 3:40

オリオンHP



Facebook



# デイケア夏祭り～居酒屋風～

☆夏祭り開催☆

ヨーヨー釣りや、射的など楽しんでいただきました♪  
お昼は居酒屋風メニュー！  
管理栄養士の揚げたて天ぷらや、揚げだし豆腐と、  
お好きなアルコールドリンクで乾杯！！  
いつもと違う楽しいイベントになりました♪



## 小物作り&七夕



きれいでしょ!

願い事かなうかな

## デイケア 1日の流れ



オリオン到着  
健康チェック



入浴  
個別リハビリ  
作業活動



昼食



集団リハビリ  
レクリエーション



おやつ



オリオン出発



## デイケア 空き情報

	月	火	水	木	金	土
空き状況	×	○	○	○	○	×

〔空き状況〕 ○・・・2～3名空きあり △・・・1～2名空きあり ×・・・満員

## デイケア 行事予定

9月 19日～21日 敬老会



26日～28日

お誕生会/料理教室  
(アッフルパイ)



皆さんと一緒に楽しく♪リハビリしませんか？

- 最近転びやすい
- お風呂に入るのが大変
- 病院を退院したばかり
- 認知症が心配

見学・相談お待ちしております (\*^\_^\*)

相談室 加藤・有賀・熊田

# 疲労回復におすすめ！ ビタミンB1を摂取しましょう！



～ビタミンB1の働き～

身体の中で**エネルギー**を効率よく**産生**してくれます。  
反対に不足してしまうと、倦怠感、食欲不振、  
脳や神経への悪影響などを及ぼすこともあります。

一緒に摂取すると良い食べ物♪

★ ビタミンB1が多い食べ物 ★



豚肉



豆類



穀類

穀類は、**玄米**や**全粒粉**など  
**茶色いもの**に**ビタミンB1**が  
多く含まれています！



タマネギ



ニンニク



ニラ

らっきょう

タマネギやニンニクなど、**香味野菜**に含まれる  
**アリシン**と一緒に摂取することで、**吸収率UP!!!**

## 訪問リハビリ情報



理学療法士(PT)、作業療法士(OT)、言語聴覚士(ST)  
の3職種が在籍しています。体の運動の他にも、手足  
の動作練習や飲み込み、言葉の練習も行えます。  
お問い合わせは → 訪問リハビリ担当：高橋まで

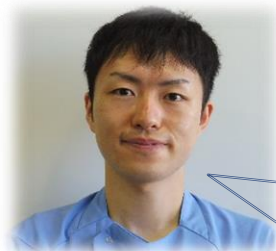


[空き状況]

	月	火	水	木	金	土
午後	△ OT	×	△ ST	△ PT	×	×

○・・・ 空きあり △・・・ 要相談 ×・・・ 満員

## 職員紹介



職種： 看護師  
すずき はやと  
氏名： 鈴木 勇人



8月より配属になりました鈴木と申します。  
皆さまのお力になれるよう、  
頑張っていきたいと思っております！  
よろしくお願いいたします！

## 特定行為認定看護師

【栄養及び水分管理に係る薬剤投与関連】  
・持続点滴中の高カロリー輸液の  
投与量の調整  
・脱水症状に対する輸液による補正

## ひとこと

今年は快晴の日が少なく「まだ梅雨が続くのかしら」と  
思うような、曇り空の蒸し暑い夏だった印象があります。  
そんな中、夏の甲子園福島代表、聖光学院の活躍は一回  
戦からTVの前で利用者さん達と夢中になって応援しま  
した。残念ながら負けてしまいましたが、東北勢の優勝  
で幕を閉じ、オリオン内も笑顔で爽快なこの夏の思い出  
となりました。

秋の風を感じる事ができる今日この頃です。

施設長 大貫朱夏



公益財団法人 星総合病院  
介護老人保健施設 オリオン  
〒963-0211  
福島県郡山市片平町字峯三天2  
TEL. 024-952-6413  
FAX. 024-961-6157  
E-mail orion@hoshospital.jp