



オリオン新聞

第138号

発行日

令和6年1月1日



新年のご挨拶

新年あけましておめでとうございます。旧年中は、オリオンへのご理解とご協力をいただき、ありがとうございます。特に新型コロナウイルス施設内感染拡大の際には、大変なご心配をおかけしました。避けたいことではありましたが学んだこともたくさんあり、今後のウイズ・コロナ社会でも信頼していただける施設であるために活かしていきたいと思っております。

今まで疑いもせず過ごしてきた世の中が急に動き出していることを実感する日々です。オリオンも少しづつ転換期を迎えることとなりますが、信念は変わることはありません。引き続き、利用者様の健やかなる生活をお手伝いさせていただき、微力ではありますが頼っていただけできるよう、職員一丸となって、より一層精進して参ります。

皆様にとって笑顔溢れる一年となることを心よりお祈り申し上げます。

本年もどうぞよろしくお願いいたします。

介護老人保健施設 オリオン
 施設長 大貫 朱夏



春夏秋冬





あけましておめでとうございます!!



今年も安全に楽しく過ごして参りますので、よろしくお願いいたします。

そば打ちイベント



打ちたて美味しい新そばと、揚げたて天ぷらに大満足な昼食でした♪



お誕生会



生け花教室



壁画



各通りごとに工夫を凝らしたクリスマスの飾りを行っています。利用者の皆様にも手伝って頂いての力作揃いです♪



通所リハビリテーション

さつまいもドーナツ



みたらし餡をかけたら出来上がり♪
美味しいドーナツができました！

壁飾り作り

カラフルで素敵な一輪挿しです



クリスマス会

サンタさんと一緒に写真を撮り、
ゲームをしました！



ケーキやようかん和紅茶を
楽しみました♪



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

1月 8日・9日・10日
新年会

25日・26日・27日
お誕生会/お料理教室
(栗きんとん茶巾絞り)

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・熊田・高橋

おせち料理と栄養

お正月に食べるおせち料理には色々な意味が込められています。保存食なので塩分や糖分が多いものが殆どなので**食べ過ぎには注意**しましょう。バランス良く食べれば、たんぱく質やミネラルもしっかり摂れる健康食になります！

<p>●紅白かまぼこ 赤は魔除け、白は清浄を意味します。また、切り分けると半円形の形になることから、初日の出を連想させる料理です。</p>	<p>●きんとん 「金団」と書き、財宝という意味があります。色も金銀財宝を連想させる黄色をしています。</p>	<p>●れんこん たくさんの穴が開いていることから、先が見える、見通しが良いことをあらわします。</p>
<p>●いくら 「子宝に恵まれますように」と願いが込められた縁起物です。</p>	<p>●海老 腰が曲がるまで長生きできるようにという願いが込められています。</p>	<p>●なます めでたい紅白の彩りに加え、大根は大地に根を張るので、家の土台がしっかりして栄えるともいわれています。</p>
<p>●昆布巻き 「養老昆布(よろこぶ)」に通じ、不老長寿の意味があります。</p>	<p>●伊達巻き 文書などの巻物に見立てています。読み書きがしっかりとできるように、文化発展の意味もあります。</p>	<p>●黒豆 黒豆には、「まめに暮らせるように」という願いがこめられています。</p>

食べ方を工夫しよう！

✓ 色々な料理を少しずつ食べる

好きなものだけをたくさん食べると、栄養が偏ってしまいます。色々なものを少しずつ食べることでバランスの取れた食事を心がけましょう。

✓ 食べる分を小皿に取り分ける

お重から直接食べると食べている量が分からなくなり、ついつい食べ過ぎてしまいがちです。はじめに、食べる分を取り分けておくとういでしょう。

✓ 食べ過ぎた場合は次の食事で調整する

食べ過ぎたと感じたら、次の食事では塩分や食事量を控えるにして食べるなど調整しましょう。

訪問リハビリ情報



寒くなってきて自宅で動く機会が減り、体力の低下や動きにくさを感じていませんか？
困っていることがあれば、ご相談ください!!
お問い合わせは → 訪問リハビリ担当：白岩まで



[空き状況]

	月	火	水	木	金	土
理学	×	○(午前) △(午後)	×	×	×	×
作業	△(午後)	×	×	×	×	×
言語	×	×	×	×	△(午前)	×

○・・・ 空きあり △・・・ 要相談 ×・・・ 満員

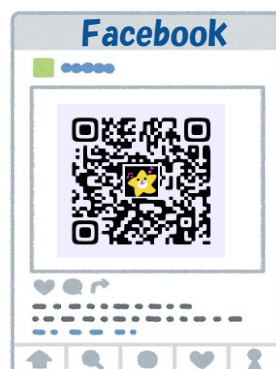
YouTubeでは「オリオン運動会」の様子や、「介護福祉士の1日」を紹介しています！
芋掘りショート動画も公開中♪
ぜひご覧ください！



HPやFacebookでは施設の様子や、イベント、施設情報などを随時更新！



ぜひ、
ご覧ください♪



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@hoshpital.jp