

# リハビリ

肩こりや腰痛などの痛みはマッサージだけではよくならない場合があります、それらは体の他の部分が原因になっていることが多いのです。

やすらぎの家では整骨院で勤務経験のある職員がご利用者のリハビリに介入しています。以前、腰の痛みがひどかったご利用者でほとんど痛みがなくなるまでに改善されたもいらっしゃいます。

一例をあげますと、骨盤の動きを調整し、肩こりや腰痛にアプローチしたことで足が上がりやすくなり歩行動作にとっても良い効果が得られました。



上半身と下半身でゆがみがある状態



まっすぐ！！



## 面会対応につきまして

10月1日現在、対面での面会を実施しております。ご予約制ですので詳細はホームページをご確認ください。



発行  
社会福祉法人吹上苑  
特別養護老人ホームやすらぎの家

東京都青梅市吹上88番  
TEL：0428-23-7020

ホームページは  
こちらから→→→



## 令和5年 秋号

# やすらぎ瓦版



## 今号の一枚 ～敬老祝賀会～



## やすらぎの家 たすけ愛♡隊

高齢社会の中で地域の支え合いが必要であるといわれていますが、どう支えてよいかかわからず動き出せないという声が聞かれます。そこでやすらぎの家では地域の支え合い活動を有償ボランティアで行う「やすらぎの家 助け愛♡隊」の活動を始めます。地域の方が「少しでも長く住み慣れた場所で過ごしたい」という思いを形にしました。

社会福祉法人吹上苑 社会貢献活動  
大門地区(吹上、野上町、大門、塩船、谷野、木野下、今寺)・今井・藤橋地区限定

### やすらぎの家 たすけ愛♡隊

やすらぎの家たすけ愛♡隊は会員相互の助け合い「有償ボランティア」です。  
助け合い活動ってなんですか？  
「ちょっとしたことなので誰かにお願ひするなんて悪い」、「おれがうまくできないから…」  
等遠慮することなくできるようにするためチケットを使用する有償ボランティア活動です。

毎日の「ちょっと困った」  
お助けします

●主な仕事内容  
・掃除・買い物・食事づくり・話し相手  
・ゴミ出し・集めり・通院の付き添い  
・散歩の付き添い  
●利用料金  
9:00～18:00 30分 400円  
7:00～9:00 30分 500円  
18:00～21:00 30分 500円

買ったことをお喜び！チケットでお礼  
●買った！ことをお喜び！  
●「ありがとう」の気持ちをこめてチケットでお礼

利用会員 → ③三者面談 → 協力会員  
※チケットの購入 → 事務局 → 協力会員の活動に活用する

事務局連絡先  
特別養護老人ホームやすらぎの家  
電話：0428-23-7020  
住所：青梅市吹上88番 担当：相馬 梅村

詳しくは事務局まで  
お問い合わせください

# 敬老祝賀会 9/6

今年度の敬老会は新型コロナウイルスの影響もあり昨年度同様2階、3階各フロアでの式典開催となりました。

久保施設長、吉野介護課長の式典挨拶よりスタートし、花束贈呈、写真撮影、乾杯、昼食のお祝い膳をご利用者の皆さまに楽しんでいただきました。

先輩方に感謝をお伝えし、たくさんの笑顔が見られた楽しい会になりました！ご利用者の皆さま、ご長寿おめでとうございます！



賀寿のお祝いはちゃんちゃんこを着て記念撮影



乾杯！

テーブルフラワーは皆さんで飾りつけ



# 夏祭り 8/5~8/6

昨年度は感染予防により開催できなかったため、今年は準備の段階から熱が入りました！

縁日会場では綿あめを提供したり、特製ポッチャボウリングで盛り上がりました。

そして祭りには何とんでもこれ！「狭山グリーン太鼓」さんにお越しいただき、大迫力の演奏を間近で鑑賞し、みんなでアツイ夏祭りを大満喫しました！



ガラポンの景品はすべて大当たり(笑)



手作りわたあめ！

圧巻の演奏です！

# 吹上絆太鼓



吹上絆太鼓は吹上苑の社会貢献活動として行っている和太鼓集団です。毎月第2第4日曜日の午前中「太鼓でつなぐ地域の絆」をテーマに稽古に励んできました。

この夏は日頃の練習成果の発表の場としてなんと「今井・藤橋合同夏祭り」「吹上自治会盆踊り」「金毘羅山盆踊り」から依頼を受け、演奏し、盛り上げました！

会員は随時募集しております。あなたも和太鼓に触れて是非一緒に楽しみませんか？

