



西の京だより

VOL.17



栄養士

9月16日は敬老の日を祝して松花堂弁当をご用意致しました。

うなぎのおこわ、天ぷら、イクラをのせた出し巻きなどを華やかに盛り付けご提供致しました。味にももちろんだわっております。今回はお祝いということでサワーチェリーケーキも添えさせていただきました。

これからも西の京の食事をおいしく召し上がっていただき、お元気に過ごしていただければと心より思っております。



夏が終わり秋の涼しさを感じる季節となりました。皆様、いかがお過ごしでしょうか？

秋は気候や温度がちょうど良く、物事に集中しやすい時期らしく、それにちなんで「〇〇の秋」という言葉が生まれたみたいですよ。皆さんは、どのような秋を想像しますか？「食欲の秋」「読書の秋」「芸術の秋」など、いろいろと思いつくと思います。ぜひ、皆様の秋を教えてください！

日ごとに秋が深まってまいります。どうぞお健やかに過ごしてください。



今月の1枚

8月26日 オヤツレクリエーションにて**スイートポテト**を作った時のベストショット！
良い笑顔でしょ！

皆さん食べて頂きありがとうございました。



注目!

10月の体操

手は「第二の脳」と呼ばれ、指先などを動かすことで脳の血流量が高くなり、認知症予防や物忘れなどに効果があるとされています。

- 1) 両手で左右一緒に①グー②パーと連続で動かしましょう
- 2) 両手で左右一緒に①グー②チョキ③パーを連続で動かしましょう
- 3) ①右手グー左手パー②右手パー左手グーを繰り返しましょう

*グーはしっかり握る・パーはしっかり伸ばす・チョキは両方組み合わせるを意識して！



連絡

デイケア空き状況



	月	火	水	木	金	土
一日利用 (昼食あり、入浴なし)	○	×	○	○	×	△
一日利用 (昼食、入浴あり)	○	×	△	○	×	△
短時間利用 (午前/午後) (昼食、入浴なし)	×/未	×/未	×/未	×/未	○/未	○/○

2024年9月1日現在 ○…空きあり ○…あと少し △…ご相談ください ×…定員一杯です *未は準備中

無料体験・見学受付中

西の京デイケアのSNSが、
「老人保健施設西の京」に名称変更!



←Youtube QRコード

↓パソコンからはこちら

老人保健施設西の京
Youtube



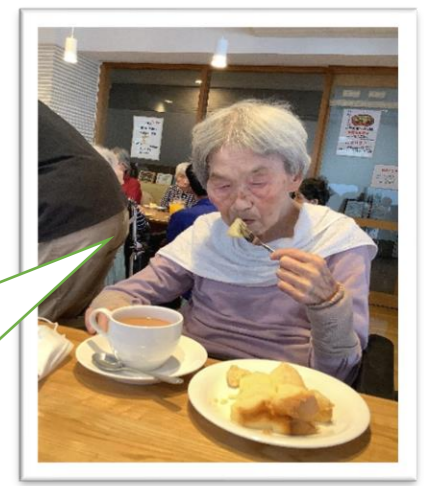
入所通信 (5階)



「喫茶はな」に行ってきました！
おいしいパンやお菓子です。



ケーキや飲み物
おいしいね!!



～デイケア通信～

敬老会

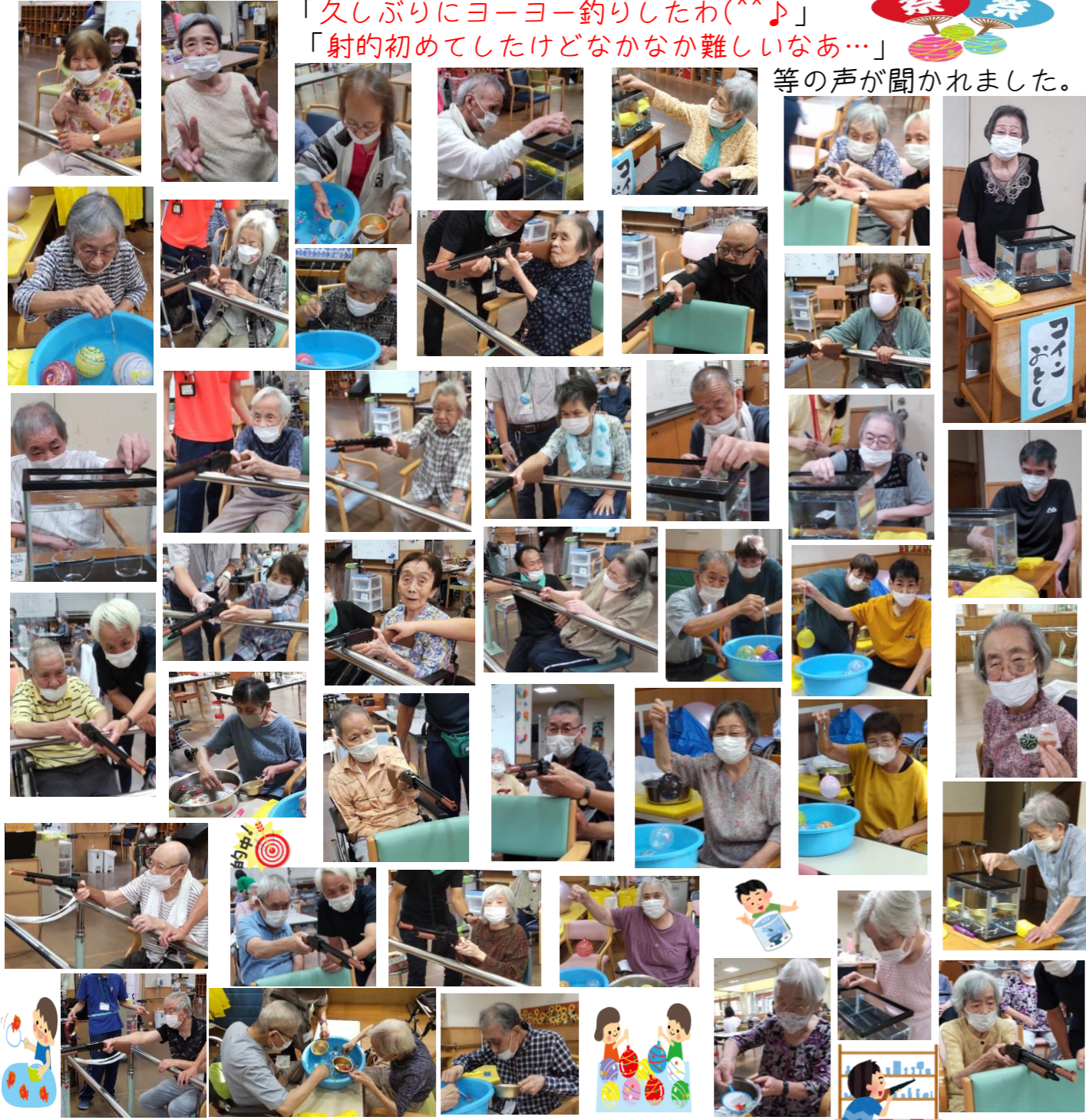
敬老会

祝敬老会

敬老会と秋祭りを兼ねて9/16から1週間行いました。

射的・ヨーヨー釣り・金魚すくい・コイン落とし等のゲームを行いました。

「久しぶりにヨーヨー釣りしたわ(^_^♪」
「射的初めてしたけどなかなか難しいなあ…」
等の声が聞かれました。



おやつでは前半は**お好み焼き**、後半は**ホットケーキ**をご用意しホットプレートで焼いて香りも楽しんでいただきました。ミキサー対応の方は見た目に可愛く**にこちゃんマーク**😊が入ってます。



栄養士の松尾さんも祭りに参加

相談室クイズ!

Question

医療保険証について○×で教えてください。

- 問1.令和6年12月2日以降でも現行の医療保険証は使用できる。
- 問2.令和6年12月2日以降マイナ保険証がないと受診できなくなる。
- 問3.令和6年12月2日以降マイナ保険証をお持ちの方はマイナ保険証を用いて受診しなければならない。
さて、正解は?

Answer

- 問1.正解:○
令和6年12月2日以降は医療保険証の発行ができなくなります! ただし、それまでに発行されている保険証は有効期限まで使用できます。
- 問2.正解:×
令和6年12月2日以降の医療保険証の対応についてマイナ保険証をお持ちでない方には資格確認書が交付されます。(申請不要) 資格確認書はこれまでの保険証と同様に窓口で提示することで受診することができます。
- 問3.正解:×
マイナ保険証を保有しているが、マイナ保険証での受診が困難な介護を必要とする高齢者や障がい者等は申請することで資格確認書が交付されます。
すでにマイナ保険証を保有されている方には資格者情報のお知らせが交付されます。これは医療機関でマイナ保険証の読み取りができない場合にマイナンバーカードと合わせて提示することで受診することができます。しかし、資格情報のお知らせのみでは受診することはできません。
マイナンバーカードをマイナ保険証として利用するためには、事前登録が必要です。事前登録については下記ホームページ、またはフリーダイヤルへご確認ください。マイナンバーカードの保険証利用方法(厚生労働省ホームページ)
https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_40391.html

健康保険証利用の申込みのお問合せ先

マイナンバー
フリーダイヤル
0120-95-0178
5番を選択のうえ、音声ガイダンスにしたがってお進みください。
受付時間(年末年始を除く) 平日:9時30分～20時00分
土日祝:9時30分～17時30分

西の京ふれあいサロン

去る、9月17日(火)、第12回目の西の京ふれあいサロンを開催いたしました。最初に作業療法士による**体操**を行い、次にアコーディオンの演奏に合わせて**歌を数曲歌った**後、コーヒーを飲みながら**歓談(茶話会)**を行いました。回を増すごとに、楽しんでおられるのが感じられます!



暑い中、ご参加ありがとうございました!

次回は、**10月15日(火)**に開催します! 興味のある方はぜひご参加ください!