


栄養課だより

12/5(木)のお昼ご飯には、たぬきうどんとエビマヨおにぎりを提供しました。たぬきうどんは京都で特に人気のあるうどんです。甘辛く炊いたお揚げに、生姜を効かせたとろみの付けたお出汁をかけたうどんは、寒い冬にぴったりのメニューです。生姜を食べると体が温まりますね。体を温める効果のある食材は、冬が旬の野菜、土の中で育つ野菜や、発酵食品などがあります。体の中からしっかり温めて、寒い冬を乗り越えましょう!



西の京ふれあいサロン


去る、12月17日(火)、第16回目の西の京ふれあいサロンを開催いたしました。今回は、理学療法士が体操を行った後、次にアコーディオンの演奏に合わせて歌を数曲歌い、コーヒーを飲みながら茶話会を行いました。外は寒くなりましたが、皆さん、休まず参加して頂きありがとうございます。新年度は、1月21日に開催します。皆さん、今年もよろしくお願い致します。



参加者募集中

新年あけましておめでとうございます。今年も「西の京だより」をよろしくお願い致します。


次回は、1月21日(火)に開催します！興味のある方はぜひご参加ください！



新年、あけましておめでとうございます。昨年8月から介護老人保健施設で仕事を始め五カ月になりますが、介護の仕事は想像以上に難しく苦戦する毎日です。ご入所中の方、また自宅で介護されているご家族の皆様が笑顔で穏やかに過ごされるよう、これからも一生懸命支えてまいります。本年も、どうぞよろしくお願いいたします。

施設長 山本 勇浩

～デイケア通信①～



皆様、あけましておめでとうございます！デイケアで、百寿のお祝いを行いましたので、ご紹介いたします！

100歳のお誕生日おめでとうございます！！お祝いを皆でさせていただきました。「元気に自分のことが出来ているから100歳に見えない」いつも頑張っているね」との皆さん驚いておられました。ご本人へのインタビュー

Q：一番思い出に残っていることは何ですか？
A：戦争のことが一番記憶に残っています。あれはほんとに辛かった。
Q：好きな食べ物は何か？
A：野菜です。（小食やけど野菜をしっかり食べているから元気なんやねとの声があがりました）



おめでとうございます！

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)	X	X	X	X	X	X
一日利用 (昼食、入浴あり)	X	X	X	X	X	X
短時間利用 (午前/午後) (昼食、入浴なし)	X/未	X/未	X/未	O/未	O/未	X/X

2025年1月1日現在 O…空きあり △…あと少し X…ご相談ください 未…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 検索

入所通信



素敵な飾りつけをしていただきました



Happy Merry X'mas!!!!



レクリエーションの時間にぬり絵をしました



クリスマスケーキ作り

12/23・24・25日にクリスマスケーキ作りをしました。ご自身のケーキを生クリームや果物でかわいくデコレーションしていただきました。生クリームを絞り出したりチョコスプレーを散らしたりが少し難しい様子でした。「美味しい」とたくさんの笑顔が見られました。



デイケア通信②



Merry Christmas

相談室

医療保険証についてご家族から問い合わせが増えています。10月号の際にはクイズにしましたが今回は今後の保険証の取り扱いについて説明します。

- Q1.今の医療保険証を12月2日以降使用できるのか？
 A1.有効期限が残されている間は使用できます。しかし、新たに発行されることはありません。
- Q2.マイナ保険証をもっていない場合はどうしたらよいか？
 A2.資格確認書が交付され、病院で提示いただくことで受診することができます。
- Q3.マイナ保険証を持っているが本人がスマートフォンを使えないがどうすればよいか？
 A3.申請を出すことで資格確認書が交付されます。詳しくは区役所の医療保険担当課へご相談ください。
- Q4.マイナ保険証を持っているが本人が介護施設に入所している。どうすればよいか？
 A4.各施設により取り扱いがことなります。入所施設にお問い合わせください。また、保健福祉の会（介護老人保健施設西の京、特別養護老人ホーム都和のはな、グループホーム都和のはな）は現在取り扱いを検討しております。決定次第お知らせします。

健康保険証利用の
申込みのお問合せ先



マイナンバー
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



去る、11月29日西の京で、**消防訓練**を行いました。

頭でわかっている、なかなか体は動かない…

訓練の大切さが身に染み込んだ日でした！

介護施設の避難訓練は、年2回義務付けられています。来年度の訓練も今年度の内容を忘れず頑張りたいと思います！

