栄養課だより

3月3日はひな祭りということで、当施設でもひな祭りを祝いました。
昼食は早春にちなんだ食事をご用意致しました。
【昼食のメニュー】
・ちらし寿司
・菜の花の辛子あえ
・いちごババロア
・お吸い物
なかでも、ちらし寿司は具沢山・見た目も鮮やかに
盛り付けており、毎回ご好評をいただいております。

相談室

こんにちは、西の京相談室の福井です。
今回は介護老人保健施設（老健）西の京の前にある高齢者複合施設都和のはな１Fカフェはなについてご紹介します。こちらのカフェは老健やグループホーム、特別養護老人ホームの利用者様もレクリエーション等でケーキやコーヒー、紅茶など楽しまれています。
私もお昼には主にテイクアウトで利用しております。
私がお勧めするメニューですが

和風ロコモコ　700円　ドリンク＋100円（セットの場合）

＊テイクアウトの場合は600円、こぶ茶はついていません　ドリンクは＋100円です。

たっぷりの野菜にはな特製のお味噌をつけたひき肉と半熟卵をトッピングされています。あっさりした味に味噌のあまみと卵をからめたご飯がおいしいです。また野菜も食べることができるのでヘルシーです。
仕事の昼休みにささっと食べることができて栄養もしっかりとることができるので週に２，３回程テイクアウトをしています。一時期は週４～５回ほど食べていましたが、健康診断の結果も血圧が正常値に下がっていたので健康にもよいかもしれません。またテイクアウトは600円とお財布にもやさしいお値段の為、お勧めします。

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	X/未	X/O

2025年4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

「老人保健施設西の京Youtube」で検索してください！

←Youtube QRコード

↓パソコンからはこちら

社会福祉法人　保健福祉の会　介護老人保健施設　西の京
〒604-8454京都市中京区西ノ京小堀池町16　代表TEL 075-821-3388　デイケアTEL/FAX075-821-3384

一部、感染対策を実施の上マスクを外し撮影している写真があります。ご了承ください。

2025年4月号

西の京だより

VOL.23

春らしく穏やかな気候に心和む季節となりましたが、いかがお過ごしですか？新年度を迎え、気持ちを新たに生活されている方が多いと思います。ただ、季節の変わり目は体を壊しやすい季節です…健康には十分に留意し、充実した新たな年度を過ごしていきましょうね！

～デイケア通信～

壁画完成

折り紙を使って作った水仙の壁画が完成しました。
花の中央の部分をどうしたら本物のようにみえるかと利用者様と作業療法士の実習生で試行錯誤して作っていました。

色んな花

少しずつ暖かくなってきて色んな花が咲き始めています。
ボランティアの方やご利用者様が自宅や散歩道に咲いていた花を持ってきてくださりデイホールに飾らせていただいています。
皆さん季節を感じられると喜ばれています。

西の京ふれあいサロン

去る、3月18日（火）、第19回目の西の京ふれあいサロンを開催いたしました。
作業療法士が棒体操を行った後、アコーディオンの演奏に合わせて童謡などの歌を歌い、その後、コーヒーを飲みながら茶話会を行いました。
次回は、4月15日（火）に開催！！皆さん、ご参加よろしくお願い致します。

興味のある方はぜひご参加ください！

入所通信

家族懇談会の報告（入所）

去る、3月12日、家族懇談会を開催いたしました。
今回は「レクリエーション」に焦点を当て、各階の取り組みを紹介いたしました！

施設長山本先生より開会のご挨拶

各階よりの取り組みをご報告！

各階担当者頑張ってます！

各階の発表資料は二次元コードからダウンロードください
ご家族が映ってるかも！

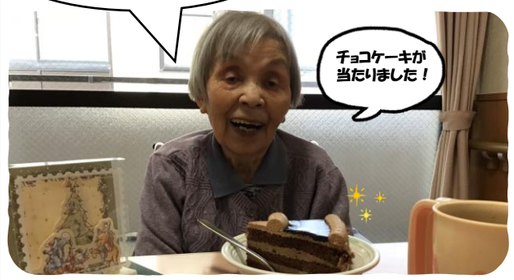
3階のご紹介

新年会の様子

この日だけのちょっと特別な練り切り和菓子は、結構ボリューミーで食べ応えがあります!!　見た目も華やか

～お抹茶と一緒に～
練り切り和菓子の喫食

クリスマス会の様子



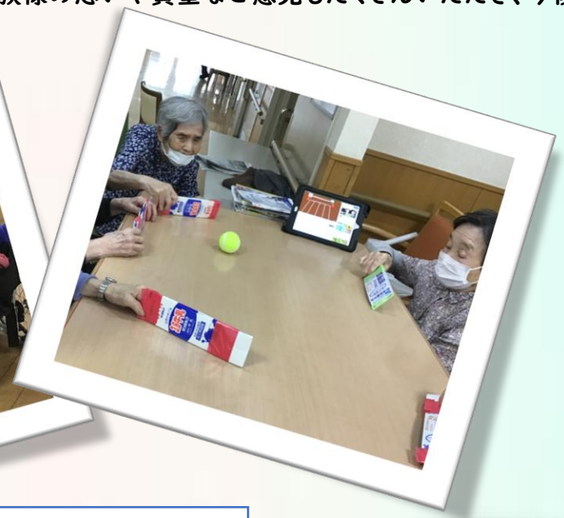
お誕生日会の様子

3階スタッフの感想♪
普段催しているレクリエーションや季節の行事など！楽しんでいる利用者の皆様のお写真と一緒にご家族の方へ紹介出来ました！スタッフも他のフロアのレクリエーションの様子を知れて良い交流になりました☆彡

3階の
発表資料

4階のご紹介

4階のレクリエーションの様子に関しては、少人数による体や手先を使うものと、ほぼ全員参加をする喫茶や音楽鑑賞等の2本柱についての様子を知っていただきました。
またスライド上映後の懇談会では、ご家族様の思いや貴重なご意見もたくさんいただき、今後フロアでも活かす事が出来る貴重な内容となりました



4階の
発表資料

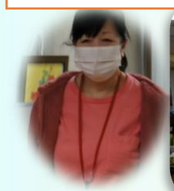
5階の
発表資料

5階のご紹介

参加された家族様からは以下の声がありました！
・面会時は寝ていることが多く施設内の様子が分からなかったがハンドマッサージがすきということがわかりました。私も覚えてしてあげようかと思いました
・家ではなかなか体を動かすことが少ないのですが色々させて頂いているのでありがたいです
・面会時は「めんどくさい」と言っているため、一日どうしているのだろうと心配していましたが元気に暮らしていることがわかり安心しました。

面会時間が短い為同じ生活風景しか見えなかった部分が家族懇談会を実施することで、面会以外での生活を伝えられてよかったです。次に開催することがあったらもっといろんな家族様が参加してもらえるようにしたいです。

閉会式は、野中看護師長、青山介護士長の挨拶で締めくくり！



企画・開催をして気付く事も多くありました！より良いサービスをご提供するため、ご利用者様・ご家族様のご意見・ご感想をお聞かせいただければ幸いです！

ご参加できなかったご家族様へ
各階発表資料を二次元コードからダウンロードできますので、ご参照ください！

ご参加ありがとうございました！次回もよろしくお願いします！