

広報

第25号

2025年 6月 1日
発行

クレオ

発行者:

医療法人社団 創造会
介護老人保健施設クレオ
〒270-1166

我孫子市我孫子 1855-4
TEL:04-7179-7700

今号の表紙

◆ 春の散策 ◆



4月上旬、車椅子をカタコト押すこと徒歩5分、穴場のお花見スポットに散策に出かけました。青空の下、桜は満開！「あ、鳥がいるー」「どこどこ？」との声も。ヒヨドリでしょうか、桜の花の間に野鳥も見え隠れしていました。

健康を維持・

向上するために

ケアサービス部 部長

看護師 市岡 加容子



れません。しかし、看護師のバイブルである『看護覚書』（ナイチンゲール著書）の中には、療養環境と食事が大切と書かれています。療養環境や規則正しい生活、栄養バランスの取れた食事、運動（リハビリテーション）など、基本的な生活ができているので身体の健康が維持されていると思っております。

2019年から始まったコロナウィルス感染症の影響で、入所されているご利用者様には、面会や外出等、ご家族様との交流を制限させていただくことになり、ご不便をおかけしております。感染状況に応じてではありますが、緩和する方向で考えております。ご利用者様の心の健康のためにも、ご家族様のご協力をお願い致します。

広報誌23号より、100歳を超えられたご利用者様を紹介させていただいております。ご家族様からは、「クレオさんに入ったおかげで、健康で長生きしています」等、お褒めの言葉をいただく事があります。医師・看護師をはじめプロが揃っていますから、当然といえばそうかもしれ

ご利用者様の心身の健康を維持・向上できるように、今後もケアサービスの向上に精進して参ります。



👉 topics 📖

3月：今年の春の散策
第一陣は3月31日に
出発。初日は薄曇りで
したが、その後は晴天
に恵まれ、希望者全員
が満開の桜を楽しむこ
とができました。

4月：4月19日、津軽三味線、
民謡などの日本民俗音楽芸能
集団「あべや」の皆さんをお迎
えし、素晴らしい演奏とトーク
を披露していただきました。津
軽三味線の競演、カッコよかつ
たです！！

5月：早いもので、もう5月。5
月の壁面装飾は、兜や藤の花な
ど各ユニットで様々。ペーパー
クイリングの鯉のぼりは2階ス
テーション横で泳いでいます♪



食事形態と工夫



私たち人間が生きていくためには栄養を摂らなくてはなりません。しかし、加齢に伴い、食欲不振や咀嚼・嚥下障害など様々な変化が生じてきます。食事が減少すると低栄養状態に陥り、心身の衰え(フレイル)が起こります。この悪循環を断つため、食べられない要因は何かを把握し、「個々に適した食事」を提供することが大切だと考えています。

クレオでは副食の形態として「形(常食)」「一口大」「やわらか食」「ソフト食」があります。

「形」とはいつでも、「肉が硬い」「魚がパサパサする」などの声も多く、調理前に酵素に漬けるというひと手間を加えています。

「やわらか食」は以前の「きざみ食」に代わる形態で、形はあっても歯茎で潰せる硬さに調理したもの、「ソフト食」はミキサーにかけてからゲル化剤を加え、ゼリー状に固めたものです。

時には多職種で試食をし、味や見た目、舌触りなどを確認し、改善点を話し合っています。できるだけ自分の口から食べてもらえるよう、食べやすくおいしい食事作りを目指しています。

(管理栄養士 鎌田智子)

試食してみました！(by 支援相談員)

やわらか食の鮭は、味は常食の鮭と変わらず、絹ごし豆腐のような食感でした。チンゲン菜は繊維が多いため、付けあわせはホウレン草になっていて食べやすかったです。ソフト食もしっかり塩気があり、出汁(だし)がとてもきいていてビックリしました。



ソフト食



やわらか食



常食(形)

形態の違いを見てみよう！！
〜鮭の塩麴焼き&チンゲン菜の付けあわせ〜

人生 100 年 時代



「ご長寿リポート第3弾!!今回は100歳超え、男性のご利用者様の登場です。」



石川 貫二様
101歳

「元氣長生きの秘訣は何ですか?」

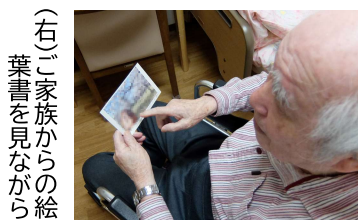


秘訣ってものはないけど、何事にも一人でクヨクヨしないことですね。

「一番大切にしていることは?」



家族だね。他人も大事だけれどさ。家族には心配かけないよう気をつけています。



(右)ご家族からの絵葉書を見ながら

「現役時代は大きな会社の工場長という立場で働かれていらつしやいましたが、大変でしたか?」



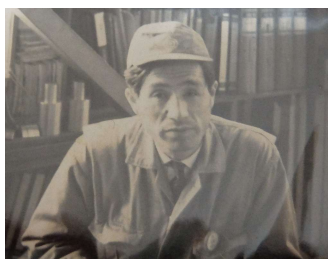
そりゃあもう、大変は大変だった。部下が何百人もいたからね。

「最近の若い人に何かひと言下さい」

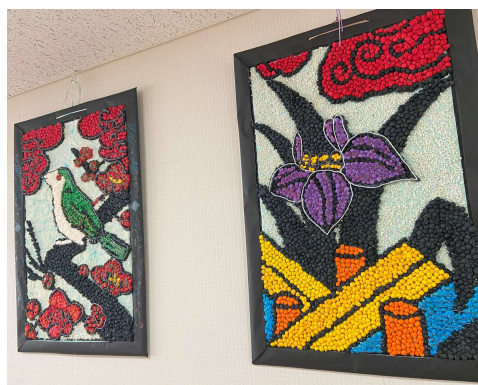


自分で思ったことを一つ決めたらずつたほうがいいです。

ありがとうございました。



(上)若かりし頃のスーツ姿、キマってます!(左上)作業着姿の石川さん。(左下)百寿のお祝いの石川さん。



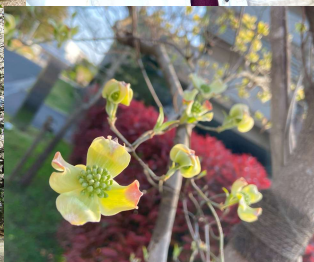
2・3月 入所されている方が作った千支の壁面飾りに感動した利用者様から、自分たちも大きな作品を作ってみたいというご希望があり、花紙を使った大きな壁面飾りを作りました。細かな作業もたくさん利用皆様で一丸となって取り組んでくださいました。



お花見 中庭にまだ細く小さい桜の木が植えてあります。昨年は数輪咲くだけでしたが、今年はたくさんのお花を咲かせてくれました。小さな木だからこそ間に桜の花びらを楽しむことができました。



4月 クラフトパンチで作った桜の花と、クイリングで作った桜の花でカードを作りました。



行事やクラブ活動などの様子をブログやInstagramでご紹介しています。

<ホームページ>



<Instagram>



ご家族様のご面会について

5/19(月)～面会対応を一部緩和しました。

*面会対応日:月～土曜日(祝日も実施)

*実施時間:14:00～16:30の間で、30分間

※事前予約制

詳細は保証人様へ配布のご案内

またはホームページをご覧ください。



介護老人保健施設 **クレオ** は、リハビリテーションや介護、看護等、必要なサービスの提供を通して、生活機能の維持と住み慣れた地域での生活を支援します。

■提供サービス■

- 入所 ■短期入所(ショートステイ)
- 通所リハビリテーション(デイケア)

お問い合わせ・ご相談は…

☎ 04-7179-7700

担当相談員までお気軽にお問い合わせください。

