



## 通所リハビリ



令和6年10月23日(水)運動会を開催しました。色々な競技を楽しまれ、とても有意義な時間を過ごされました。

## 2階



令和6年10月1日(火)15日(火)100均へお買い物に出かけました。9日(水)には、運動会が開催され、楽しみながら体を動かしました。この秋、行事が盛り沢山です。

## 3階

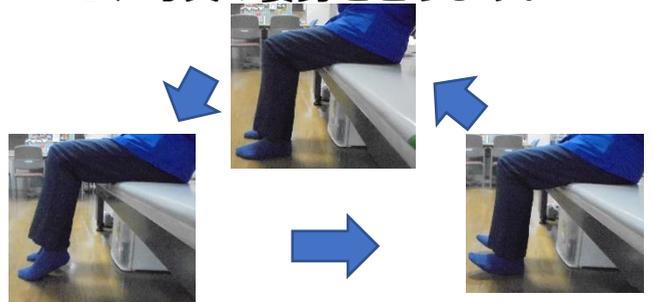


3階では日替わりで様々な種類のレクリエーションを提供しています。毎日多くの利用者様が参加され、とても楽しんでいます。

## リハビリテーション科

座ってできる！足の筋肉を動かし血行を良くする体操を紹介させていただきます！

1、写真の姿勢をとります。

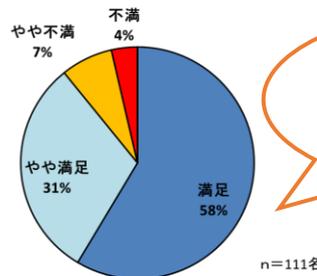


2、踵を上げる 3、つま先を上げる  
1~3の工程を10回、朝昼夕で行いましょう！

## 栄養科

2階・3階の利用者様を対象に、2024年度上半期食事満足度調査を実施しました。

現在のお食事に満足していますか？



89%の方が満足・やや満足と回答されました。

献立のリクエストでは、お寿司やお刺身、かつ丼などのご意見をいただきました。

## 介護支援科

**お喜楽カフェ ハートケア東大宮**  
開催のお知らせ

開催日：令和6年11月10日(日)10:00~12:00

どなたでも参加できますので是非お越し下さい

場 所：ハートケア東大宮：さいたま市見沼区風渡野45  
(大宮東葉郵便局向かいの施設です)

参加費：無料 ご希望の方には体操も行いますので動きやすい服装でお越しください

当日のスケジュール

- 9:30~10:00 受付
- 10:05~10:50 講義 『食べる』飲み込むを理解しよう！  
～摂食性肺炎の予防のために～
- 10:55~11:15 ロから元気！！歯科衛生士が教える口腔ケア
- 11:15~11:35 体操 いい姿勢を保つ筋肉を動かそう！  
～いい食事はいい姿勢から～
- 11:35~12:00 ティータイム・ご自由に歌謡・ご賞物なども伺います。  
ご希望の方は介護士や支援団体等による介護相談も受け付けます。

※参加ご希望の方は11月7日(木)までお電話にてお申し込み下さい。  
体調がすぐれない方、同席の家族や身寄りが、  
緊急時の応対が必要な場合は参加をお控え下さい。  
当日はマスクの着用、手洗い等の協力をお願いします。

受付時間：10:00~12:00

介護老人保健施設ハートケア東大宮 電話番号 048-682-6821

～お喜楽カフェ  
ハートケア東大宮  
開催のお知らせ～  
令和6年11月10日  
(日)地域交流会  
を開催いたします。  
詳しくは当施設の  
ホームページをご  
覧ください。皆さま  
のご参加お待ちしております。