



# ひまわり通信 Vol.68

2025年12月発行

発行者 社会医療法人愛仁会 介護老人保健施設ひまわり 〒567-0046 茨木市南春日丘 7-9-18 TEL(072)621-2691



## 冬恒例! 全館握り寿司DAY

待ちに待った握り寿司の日、目の前で調理師が握ります!! 散らし寿司は通常メニューで定期的に提供させていただいておりますが、握り寿司は別格! ご利用者さまの嚥下状態によってお寿司の形態を変えて提供し、食べる幸せを感じていただきました。皆さま、あっという間に召し上がられ、笑顔溢れる楽しい昼食の時間となりました!!





ひまわりは、透析治療のできる老健施設です。隣接する井上診療所で透析を行い、緊急時には同法人の江坂にある腎臓病や透析専門病院である井上病院と連携して、安全で質の高いケアを目指しています！  
ショートステイご利用時にも透析を行えます。



井上診療所の様子

## 介護予防教室

国家資格の免許を持った理学療法士、作業療法士が、健康チェックや健康体操を行いました。



第3回目を迎える介護予防教室！今回はひまわりではなく、茨木市沢池多世代交流センターで開催いたしました。地域の皆さまが多数ご参加くださり盛況のうちに終えることができました。これからも地域の皆さまとの交流を深めてまいりたいと思います。

### デイケア 12月の予定



8日(月) 手作りおやつ ～ホットケーキ～

ご希望の方は職員と一緒に作りましょう！

10日(水) 椿ご膳



19日(金) イベント食(昼食):東京の郷土料理

20日(土) お誕生日会

23日(火) おやつ:クリスマスケーキ



24日(水) 12月の行事食 ～Xmasメニュー～

25日(木) 師走ご膳



★簡単なレクリエーションは毎日行っております

★喫茶は毎日、おやつの時間に開催しております



### 入所フロア 12月の予定



14日(日) 2階 特別メニュー(昼食) ～すき焼き～

18日(木) 2階 手作りおやつ:フルーツケーキ

19日(金) イベント食(昼食):東京の郷土料理

21日(日) 3階 特別メニュー(昼食) ～すき焼き～

23日(火) おやつ:クリスマスケーキ



24日(水) 12月の行事食 ～Xmasメニュー～

31日(水) 夕食:年越しうどん



★毎週木・金・日曜日は2・3階とも喫茶があります

★お誕生日会は各フロアで適時行います

～理美容室のご案内～



◆ 12月1日(月)・・・理容室 12月5日(金)・・・美容室

◇ 1月5日(月)・・・理容室 1月6日(火)・・・美容室

各行事予定は予告なしに変更・中止になる場合がございます。

今年も残りわずか、皆さま今年1年短く感じましたか？長く感じましたか？歳を重ねるごとに時間の心理的長さは短くなっていくということが科学的に証明されているそうです。例えば、“50歳の方が60歳になるまでの10年間という時間の感覚”と“5歳の子供が6歳になるまでの1年間という時間の感覚”は同じで、実質的には、1日24時間、1年は365日と年齢問わず同じでも、心理的時間は年齢によって全く異なるということです。子供の頃は「ときめき」と「ワクワク」を沢山感じ、その時間はプラスの感情に溢れ、新鮮で濃密な時間を過ごすことになります。しかし、大人になると色々なことに新鮮味がなくなり、幼い頃に感じていた「ときめき」や「ワクワク」はどんどん少なくなっていき、その量が時間間隔の差を生むのです。ただ毎日なんとなく過ごすのではなく、新しいことにチャレンジしたり、充実した毎日を送ることが大切です。

末筆ではありますが、今年も一年大変お世話になりました。ありがとうございました。また来年もよろしくお願いいたします。良いお年をお迎えください！！

