



# まほろば

～チャレンジ変身通信 vol. 39～

10月号



敬老祭も終わり、残暑も和らいでくる頃ですね。過ごしやすい時期なので、外に出て散歩をするのも良いでしょう。花畑でも見に行けば良い気分転換になりますね。え？一人では散歩に行けない？ならばまほろばで歩きましょう！



## ショートステイ

ショートステイとは、要支援や要介護の認定を受けた方が活用できるサービスで、施設へ最長1ヶ月間入所することができます。ショートステイには色々な施設があり、リハビリが可能な施設等、それぞれの特色があります。

「家族の介護疲れや体調不良」 「家族の仕事や冠婚葬祭などの急用」

「退院したが、在宅生活が上手くいかなかった」 「今後の施設生活に備えての練習」

など、各家庭により様々な事情ができてしまう事もあると思います。

「できる限り、長く元気に在宅で過ごして欲しい」という気持ちは、御家族の方も私達介護施設で働く職員も同じです。

施設に入ってもらうのは申し訳ないという気持ちもわかりますが、無理をして家族の誰かが身体的や精神的に負担がかかってしまうことで、もっと悪い未来が訪れるかもしれません。家族全員が無理なく充実した生活を送るためにも、必要であればこのようなサービスもご検討ください。

※実際のご利用にあたっては、点数の事もありますので、

気になった方は当施設職員や担当ケアマネジャーへご相談ください。

# 機能向上プログラム



筋トシ・棒体操  
重いと棒を使って上半身と  
下半身を鍛えます！  
特に下半身はいつまでも  
自宅で暮らすには超重要です！



ちょっと重いけど  
がんばるで～！

## 飾り物作り

負けないで！もう少し！



で、私はこの毛糸を  
一体どうしたら良いの？

ちょっと形に  
なってきたな…

ハロウインの飾り物  
10月はハロウインという事で、  
色画用紙やストロー、毛糸を使った  
帽子と幕を作って頂きました！  
可愛く出来たでしょうか？



### デイケアでの1日の流れ



○空き状況 空き充分… 😊 空きわずか… 😞 空きなし… 😐

月	火	水	木	金	土
😊	😊	😊	😊	😊	😊

※ただし、空き状況は流動的なため、まずは下記にお電話を！！

・ご利用申し込み、お問い合わせ等は  
医療法人医仁会 介護老人保健施設まほろば

通所リハビリテーション担当：井阪まで TEL：072-958-6655

(受付時間：月曜日～土曜日 9:00～17:00)