

【入所】ケーキデコレーション

クリスマスの雰囲気を感じて
頂きたくクリスマス柄の紙皿、
ランチョンマットをご用意しました。
クリームやチョコをケーキに沢山乗せて
可愛いケーキの出来上がり★



手作りクリスマスカード

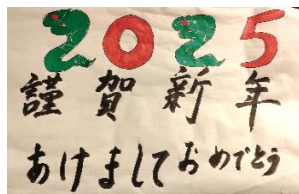


期間限定で職員手作りの
クリスマスカードをお配り
させて頂きました♪♪♪
少しでも心が安らぎましたら
とても嬉しいです。

心のこもった手作りは
素敵ですね★



【入所】新年壁画①【1月号、2月号特集】



各フロアそれぞれ雰囲気が違い面白いですね！

1・2月の主な行事

【入所イベント情報】

1月1日～31日まで書初めと、初詣を行っております♪
2月3日は、各フロアとデイケアフロアにて「節分」イベントを
行います♪

今年も鬼が各フロアとデイケアフロアを駆け巡ります♪
写真を掲載する予定ですので楽しみに！！

【通所イベント情報】

1月20日～25日の間、調理レクリエーションを行います♪
「りんごのコンポート」です♪写真を掲載いたしますので、
楽しみに♪♪

バタ足ボールや、輪投げ、的当てゲーム、ビンゴ大会、
お手玉落とし、クイズ大会など、楽しいレクリエーションが
沢山あります♪

新年のご挨拶

2025年もキーストーンだよりを通して施設の魅力を
発信していきたいと思えます。

パワーアップしたキーストーンだよりをお届け出来るように
頑張りますので引き続き宜しくお願い致します😊

広報委員会



↑ 広報3人娘(笑)



↑
お客様より頂きました♪



広島風景



医療法人社団 湖聖会
介護老人保健施設キーストーン
〒136-0071
東京都江東区亀戸三丁目36番1号

今月は発声・嚥下が楽になる体操です

① 腕の開閉

- ・呼吸筋を鍛える
- ・上着着脱動作の改善

ア

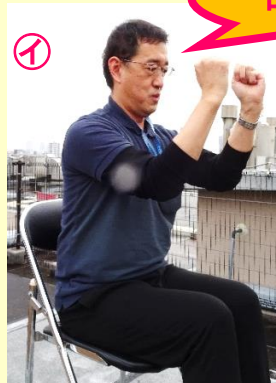


肘は肩の高さ

鼻から息を吸う

肘を90度に曲げ、両手を一旦、顔の前で合わせてから鼻から息を吸いながら両腕を左右に大きく広げます。

イ



口から息を吐く

口から息を吐きながら両腕を閉じます。

※この体勢がアの開始前の体勢です。

※開いて閉じて1回/5回

② 首ひねり

- ・首・肩周囲筋ストレッチ



真横を向く

背筋を伸ばして椅子に座ります。
左手を腰に当てます。
右手を斜め後ろへ引きながら頭を左へ向けます。

手は斜め後ろ

※左右5回

注意事項

- ・バランスを崩して椅子から転落しないように気を付けましょう。
- ・呼吸が苦しくなったり肩や肘に痛みを感じたらすぐに中止してください。



モデル：郡司ショート相談員（左）
アドバイザー：加藤入所在宅統括係長
作業療法士（右）嫌がってます（笑）

【デイケア】餃子ピザ作り

12月16日から21日は餃子ピザ作りの週😊



⇐完成品です😊
具がたくさん
チーズがトロトロ
美味しそう♪♪♪



職員が事前に試作を重ね心を込めて作りましたあったか餃子ピザです。具はマルゲリータピザで生地は餃子の皮を使用した面白いピザになりました。美味しかったですでしょうか！？是非感想を聞かせて下さいね♪

【デイケア】クリスマスレク

12月24日、25日は「ツリービルディング」
12月26日、27日は「ジェスチャーゲーム」
2種類のゲームを楽しみました♪♪♪

ツリービルディング



紙コップをツリーの形に積みます。
完成するまでの時間を競いました！



ジェスチャーゲーム

職員がテーマに合わせてジェスチャーを披露します。何のジェスチャーか皆様に当てて頂きます。20分間で何個当たるか26日、27日のチームで点数を競いました！



【左】ネコ 【右】キリン