



は～とふる通信

レクリエーション活動



ハラハラドキドキ、紙コップの積み上げゲームを行いました。コップとコップの間に紙を挟んで誰が一番高く詰めるか競争です。

あわてると崩れてしまいます。集中力が大事です。皆さん、真剣な表情で頑張りました。ちなみに一番高く積み上げた方は10段でした。

日々の健康観察

「血圧」とは心臓から送り出された血液が血管壁を押し広げることによって生じる圧力の事です。

ハーティハイムでは毎週水曜日に血圧測定を行っています。血圧値は血液の循環動態を知る手がかりとなります。とくに高血圧は脳卒中や心筋梗塞を引き起こす要因になるので日頃の観察がとても大切です。

高血圧：収縮期血圧140mmHg以上
拡張期血圧90mmHg以上



血圧測定

栄養価のあるご飯

本日はハーティハイムの「ご飯」についてご紹介します。以前、当施設入所サービスの「食事パーティ」や通所サービスの「贅沢御膳」の記事をご紹介いたしましたが、ご利用者様や職員が普段何気なく食べている「ご飯」、実はここにも調理師の「愛」が入っております。

当施設ではお米を炊く時に、カルシウムや酵素等を加え一緒に炊いています。これにより通常の白米よりもカルシウム、亜鉛、ビタミンA、Dを多く含んだ「ご飯」になっています。管理栄養士によれば、「お米の食感や風味はほとんど変わらず、栄養満点」とのことです。

これからもハーティハイムの「ご飯」を食べ、元気にお過ごしいただきりハビリにも楽しく参加していただきたいと思ひます。



歯の豆知識

ベートーベンは歯で音楽を聴いていた？

作曲家ベートーベンが、病気により聴力を失ってしまったのは有名です。耳がほとんど聴こえなくなってしまったベートーベン、指揮棒を歯でくわえてピアノにあて、その振動を歯から頭蓋骨を経て聴覚器官に伝えて音を確認していたと言われていひます。この方法は骨伝導といひます。

そういへば最近「骨伝導イヤホン」なんてものが売られ始めましたが、200年以上も前に先駆けしていたとは、恐れ入りました。



<お問合せ> ☎048(726)8000
担当: 支援相談員まで

<https://www.anseifukushikai.or.jp/>

ハーティハイム

検索

