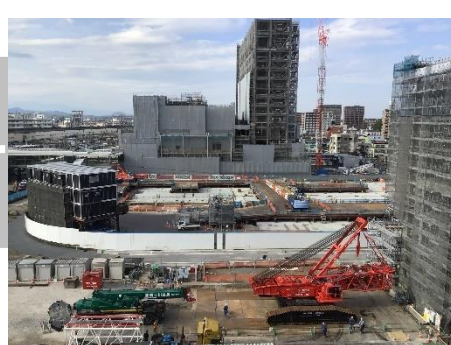


ホスピア宇都宮から見た景色

ホスピア宇都宮がある宇都宮駅東口は、ここ 1 年ですっかり様変わりしましたよね？
日々窓から見える変化を、入所者様も職員も楽しんで見守っていました。



以前の駅東口



新しく LRT も開通し、「黄色い電車見たよ」と、
入所者様も興味津々です！
週末になると広場でイベントも開催され以前よりも
にぎやかになりました。



開通式にはたくさんの方が来ていました

面会予約は 相談室（028-636-9666）までご連絡ください。

- ◆面会は月 2 回までです
- ◆来所人数は 2 名までとなります
- ◆面会対応時間は 10：00～16：30 です
- ◆面会時間は 15 分です
- ◆前日までにご予約下さい
- ◆面会来所時は 1F 受付にお声掛けください

朝晩の冷え込みが強くなり、急に秋の気配を感じるようになりました。木々が少しずつ色づき始めると、“そろそろ富士山も見えないかなー”と毎年恒例の富士山鑑賞を心待ちにしながらつい外を眺めてしまいます。今年もあっといいう間に残り 2 ヶ月となりました。たくさん食べてたくさん笑って良い思い出をたくさんつくりましょう！

介護老人保健施設ホスピア宇都宮

ホスピア宇都宮だより



2023 年 10 月

第 28 号

◆◆◆◆◆理念◆◆◆◆◆

見守り・思いやり・笑顔・
優しい言葉・自立に向けてのケア

目次

- イベント紹介～納涼祭・敬老会～……1
- 敬老会………2
- 通所リハビリ………2
- 今月のお昼ごはん………2
- ホスピア宇都宮から見た景色………3

医療法人社団全仁会
介護老人保健施設 ホスピア宇都宮
通所リハビリテーション ホスピア宇都宮

〒321-0953 宇都宮市東宿郷 2-1-1
TEL：028-636-9666
FAX：028-638-0379

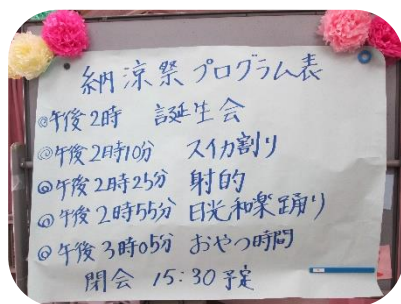
HP URL：http://zenjinkai-utsunomiya.jp/hospia/
E-mail：hospia-u@sky.ucatv.ne.jp

ホームページを
リニューアルしました！
こちらから
アクセスできます

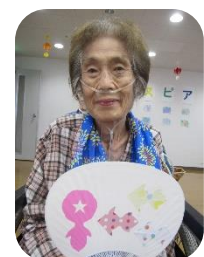


納涼祭

8月のイベントは納涼祭！
フロア別でおこないました。
スイカ割りでは「右！」「もうちょっと前！」と皆さんで声を掛け合い盛り上がることができました。
最後は昔ながらのわたあめがふるまわれ、「おかわりちょうだい」と大盛況でした。



すいか割り



かき氷



わたあめ



介護士 原 松島

敬老会

去る令和5年9月15日、ホスピア宇都宮敬老会が開催されました。ホスピア宇都宮ご入所中の大正生まれの方々は年々減り続けており、今年は3名だけとなってしまいました。皆様の生き生きとした姿が印象的でした。



代表してのご挨拶
とても立派でした。

米寿の表彰を受けました

介護士 原

通所リハビリ

ご利用時は昼食前とおやつ前の一日に2回、体力の維持、増進と脳の活性化のために体操をおこなっています。おかげで皆様お元気に通われていらっしゃいます。ご自宅でも空いた時間に是非、ご無理せずに体を動かしてくださいね！



介護福祉士
鈴木

中秋の名月。
お庭にあるススキを持ってきて
くださいました。
ありがとうございました！



デイケア空き状況

月	火	水	木	金	土
😊	😊	😊	😊	😐	😐

😊ご利用できます 😐相談員に確認ください 😞ご利用できません

今月のお昼ごはん

もみじ膳



芋栗ごはん
赤魚の山椒焼き
きのこの天ぷら

あおさのみそ汁
秋の茶碗蒸し
柿

旬の食材

舞茸 9～11月

見つけると舞うほど嬉しい、ひらひらしたかさの部分が舞っているように見える、ということから舞茸と名付けられたと言われています。

舞茸には骨の主成分であるカルシウムの吸収を助けるビタミンD、塩分を体外に排出してくれるカリウム、食物繊維などが多く含まれています。食物繊維の一種であるβグルカン、免疫機能をつかさどる細胞の働きを活性化し、免疫力を高める効果があるといわれています。大麦やオーツ麦などにもβグルカンが含まれています。

舞茸にはタンパク質分解酵素が含まれているため、肉と一緒に漬け込むと柔らかくなります。パイナップルやりんご、メロン、しょうが、玉ねぎなどもタンパク質分解酵素が含まれています。

管理栄養士 尾形

※撮影や入所者様の状況によりマスクを外すことがあります