

雷鳥だより

2022年10月号

No.7

Twitter
更新中です!



リハビリデイ... @RihabiriRei... 9月9日 ...
先日ご紹介した謎の黄金のキノコ🍄
残念ながらもなく枯れてしまいました。ふ
と見ると新たに新たな菌が2つ...!
2日後には大きく開いていました🍄
キノコの成長って早いですね
#ラーバンクリニック #リハビリ #デイサー
ビス #印西



秋はやっぱり「食欲の秋」!



いつまでもおいしく食べるためには「噛む力」「飲み込む力」を衰えさせないことが大切です。ご自宅でも簡単にできる“パタカラ体操”をご紹介します。お食事前にやってみて下さい。

「パタカラ体操」



※パ・タ・カ・ラは口の周りと言の機能低下を予防するのに効果的!
※食事の前に行いましょう!

～食事のポイント～

- ◎3食しっかり食べる
- ◎主食・主菜・副菜を組み合わせ色々なものを食べる
- ◎たんぱく質をたくさん摂る



早口言葉
言えますか?

赤アロエあめ 青アロエあめ 黄アロエあめ

※3回続けて言ってみましょう!



【現在の空き状況】

曜日	月	火	水	木	金	土
空き	△	○	△	◎	○	◎

※10月10日(月)は祝日のため休業となります。

敬老の日

雷鳥の敬老の日は、特別メニューでお祝いしました。
いつまでも元気に頑張りましょう!!



赤飯・ちらし寿司・ゆかりご飯
すまし汁・天ぷら(海老・南瓜)
がんもの煮物・厚焼玉子・蒲鉾
カップグラタン・酢の物・梨寒天

2002年までは9月15日でしたが、現在は9月の第3月曜日が「敬老の日」となりました。

593年9月15日に、聖徳太子が身寄りのない人たちのために大阪に施設を作ったのが由来になっているという説もあります。

職員インタビュー! <第3回>



金子 いくよ

職種 : 作業療法士
勤務年数: ラーバン誕生~

休日は何してる?

樹々、草花、鳥達...
“いぶぎ” 求めて野や山、海へ
荒天候の日...読書
(現「鯖猫長屋ふしぎ草紙」)

得意料理は?

得意: 無し
飲食: 大好き
<料理歴>
幼少期より、鰯をさばく
学生期: 料理漫画 買いあさり
大学末期: 気晴らし 料理教室
少年野球ママ友期
: パン焼きと lunch の会
現在: 釣った魚の一夜干



おすすめの島

沖の島(千葉)、金華山(宮城)
粟島(新潟)、日間賀島(愛知)
直島(香川)、沖ノ島(福岡)

ぜひ行ってみたい!

〒270-1337
千葉県印西市草深138

千葉新都市ラーバンクリニック
リハビリデイ 雷鳥

☎0476-40-7716(直通)
担当: 畝本(ウネモト)

