

## 新年ご挨拶



理事長・医院長  
富田 崇文

新年明けましておめでとうございます。旧年中は格別のご厚情を賜り、誠にありがとうございました。この度、皆様により快適に、より楽しくご利用いただけるよう、施設の改装をいたしました。現在のスペースをさらに広げ、和風でモダンな高級ホテルのロビーをイメージし、おしゃれなカフェスペースや 65 インチの

大画面で歌える広いカラオケスペースも新たに設置いたしました。他の施設に比べても、かなり広いため、ゆったりとくつろいでいただけたと思います。これからも皆様の笑顔のために、より良いサービスを提供してまいります。今年も新しくなった施設で皆様をお待ちしております。本年も、どうぞよろしくお願いたします。



## コスモス苑 リニューアルしました！

2023年12月にリハビリ室をリニューアルし、昨年11月末にはメインフロアの大規模リニューアルが完成しました。

エントランスホールは壁面に石材を使用し、高級感溢れる落ち着いた雰囲気を演出しました。

館内の広々としたメインホールは、カフェコーナーを新設し、コミュニケーションの場として様々なシーンで活用いただけます。また、大型モニターの設置や木目調の温かみのあるインテリアで利用者様に「高級感」と「快適さ」を感じていただけるよう、こだわりを持って改修を行いました。

リハビリ室は南国のイメージを演出し明るく、楽しくリハビリに取り組んでいただけるように工夫しました。是非、一度足を運んでいただき、全貌をご覧ください。



エントランスホール



メインホール



カフェコーナー



ロッカースペース



トイレ入口



大型モニター



リハビリ室

## 料金表

お試し体験随時受付中！お気軽お問い合わせください！

	要支援1	要支援2	要介護1	要介護2	要介護3	要介護4	要介護5	食事代/宿泊代
コスモス苑 ※1・2	月額 2,541円	月額 4,747円	日額 828円	日額 977円	日額 1,119円	日額 1,289円	日額 1,455円	昼食 589円
たんぽぽ苑 ※1・3	月額 2,260円	月額 4,329円	日額 930円	日額 1,064円	日額 1,200円	日額 1,335円	日額 1,469円	昼食 609円
あじさい苑	月額 5,328円	月額 9,365円	月額 13,365円	月額 18,989円	月額 26,998円	月額 29,655円	月額 32,556円	朝食 363円/昼食 589円 夕食 649円/宿泊代 1,900円

※ 上記金額は負担割合が1割の方のケースです。詳細は各苑へお問い合わせください。  
 ※2. 上記料金には、食事代、入浴代、リハビリマネジメント加算、科学的介護推進体制加算は含まれておりません。

※1. 上記金額は9:00から15:00まで6時間サービスを利用した場合の金額です。  
 ※3. 上記料金には、食事代、入浴代、生活機能向上連携加算は含まれておりません。



# たんぽぽ苑 おやつ作り

たんぽぽ苑では様々な行事を行っている中で、平成21年の開所以来15年にわたって続けている、月1回のおやつ作りにスポットを当て、谷口主任と村口さんのお二人にお話を伺いました。



谷口主任

村口さん

おやつ作りで一番苦労している点はメニューを決める事だそうです。メニューと一言と言っても作業工程と時間、スタッフの数、更には予算など様々な事を考慮して決めているとの事です。

時には、二人の自宅の下ごしらえをして持ち寄ったり、ホットプレート等の調理具を他のスタッフからお借りすることも多々あるそうです。

ハプニングも色々起きるようで、4台のホットプレートを同時に使っている時に、なかなか焼けないなど思っていたら、ブレーカーが落ちていた事があったり、時には利用者



様の素晴らしい才能が発見できたりすることもあるそうです。そして何よりも利用者様の『美味しい』の言葉や、笑顔を見ると毎回良かったと思っているそうです。大変な事もありますが、これからも頑張っていていきますと意気込みも十分なお二人でした。

毎回のおやつ作りの様子は、本紙表面右上のQRコードからホームページでご覧いただけます。

## 【2024年おやつ作りメニュー】

- 1月 白玉ぜんざい
- 2月 生八つ橋 (おたべ)
- 3月 ぼたもち
- 4月 カップケーキ
- 5月 抹茶のもちもちロール
- 6月 かぼちゃとレーズンのきんつば
- 7月 あんみつ
- 8月 水まんじゅう
- 9月 五平餅
- 10月 ふわもちパンケーキ
- 11月 リンゴケーキ
- 12月 お好み焼き & 焼きそば



6月のかぼちゃとレーズンのきんつば



7月のあんみつ

## リハビリ通信 (VOL.3)

新年も活動的に過ごそう!

### Let's コスモス元気体操! 腕 Ver

はじめる前に……

体調不良・痛みがある場合、無理に行うのはやめましょう。動かない椅子にかけ、両足を床にしっかり付け、背もたれにもたれずに行います。各運動は10回ずつ2~3セットを体調に合わせて行います。

良い姿勢



#### ①肩こり・姿勢の改善に! 肩まわし運動



#### POINT

肩に軽く置き、肘で円を描くように肩を大きく前後に回します。

#### ②腕・体幹の筋力強化! ペットボトル体操



(1) 腕の上げ下げ



(2) 横から挙げる



(3) 肘を曲げる

#### POINT

500mlのペットボトルに水を入れて使用します。息を止めずに行いましょう。

## 冬のおすすめレシピ

### ぶり かぶ 鱈と蕪のみぞれ鍋

1月は蕪の旬で、甘みが増す時期です。みぞれ鍋という大根を使うのが一般的ですが、蕪は大根よりも辛みがなく、優しい甘さがあります。すり下ろすとふんわりとした口当たりで、汁にも少しトロミが出て風邪気味の方や食欲のない方でも食べやすいです。



レシピの詳細は下のQRコードからご覧ください↓



## 編集後記

新年明けましておめでとうございます。寒さが厳しい中、紀泉の里の利用者の皆様が元気に新しい年を迎えられたことを嬉しく思います。今年も健康を第一に、リハビリテーションやレクリエーションを通じて、心身のサポートをしてまいります。季節に合わせたイベントや体操を取り入れ、皆様が楽しく過ごせるよう工夫していきます。また、食事や健康管理にも気を配り、元気に毎日を送れるよう支援いたします。今年も皆様にとって素晴らしい一年となりますように、スタッフ一同全力でサポートさせていただきます。どうぞよろしくお願い申し上げます。

紀泉の里マネージャー 宮井伴起

※掲載している写真はあらかじめお一人おひとりに同意をとっております。