



介護老人保健施設

デンマークイン若葉台



あおば 7月号



介護予防サロンわかばカフェについて

理学療法士 下地 優加

今回は、2017年度から当施設で行っている“介護予防サロンわかばカフェ”についてご紹介させていただきます。わかばカフェでは、事務長・医師・看護師・介護福祉士・作業療法士・理学療法士・音楽療法士・歯科衛生士・管理栄養士など、さまざまな職種によるミニ講座とリハビリ職員による介護予防体操を行っています。

今年度は、皆様が安心安全に来所できるよう、一部の開催日を除いて実施することになりました。みんなでいつまでも元気で楽しく過ごすために！健康寿命をのばしていきましょう！

そして！！わかばカフェは当施設の開催だけではなく、地域の集会場や老人会でも実施しております。昨年度もご依頼いただき、2か所にて“出張わかばカフェ”を開催しました！

出張わかばカフェでは、『老健について・介護予防体操・音楽療法』を実施し、わかばカフェの雰囲気を体験していただきました。出張わかばカフェから実際に施設に来所いただき、わかばカフェに参加している方もいますので、お気軽にご連絡ください。



＜出張わかばカフェの様子＞



介護予防サロン わかばカフェ

いつまでも元気で楽しく過ごすために！健康寿命をのばしましょう

楽しく元気に身体を動かして介護予防！！
わかばカフェで「生きがいづくり」「健康づくり」「仲間づくり」をしませんか？
様々な専門職による医療や介護予防に関するミニ講座や体操などを通じて、地域にお住まいの皆様の健康等に役立つ様々な情報をお伝えしていきます！

開催日時	内容	
令和7年 ① 5月21日（水） ② 6月18日（水） ③ 7月16日（水） ④ 10月15日（水） ⑤ 11月19日（水）	対象：どなたでもご参加頂けます 場所：デンマークイン若葉台 施設内 服装：動きやすい服・靴 参加費：無料 定員：15名（先着順） 参加申し込み：開催月の1日～受付開始 直接またはお電話でお申し込みください *医療機関・高齢者施設のため、 マスクの着用をお願い致します。	
令和8年 ⑥ 1月21日（水） ⑦ 2月18日（水） ⑧ 3月18日（水） 毎月1回（第3水曜日） 14：00～15：00		
お申し込み・アクセス方法はこちら		
稲城台病院行き 無料送迎バスも ご利用下さい バス時刻表→		
デンマークイン若葉台 住所：東京都稲城市若葉台3-7-1 電話：042-331-3030 担当：事務局 （受付時間 9:00～17:00）		

6F イベント

今月のフロアレクは「赤福餅」風を作って楽しみました。あんころ餅の一種で、利用者様に餅を耳たぶぐらいの柔らかさに丸めていただき、最後にあんこを乗せて出来上がり。商品の「赤福餅」のようにはなかなか上手く出来ませんでした。利用者様は大満足！！「おいしい」と舌鼓を打ち、おかわりをされた利用者様もいらしたぐらい好評でした。

定期的にフロアレクを行うと、「次は何をするの？楽しみ」といった声も聞かれ、職員一同嬉しく思います！！



壁画制作

7月と言えば...

七夕♪朝顔♪

今回は朝顔に皆さんで七夕の願い事を書いていただきました。

届きますように☆☆



ひと足早くヒマワリも咲かせてみました♪

栄養科イベント

夏を感じられるような紫陽花の寒天を、白あんの周りに飾りました。いちご味、ブルーハワイ味、ぶどう味の3種類がありました。



お椀にラップを敷き、その上にあんを乗せ、寒天を周りに飾り、茶巾絞りのように絞って形にしました。綺麗な紫陽花が出来て、笑顔が見られました。

わかばカフェ

今月は7月16日（水）14：00～

- ・介護予防体操
- ・デンマークイン若葉台についてご参加お待ちしております。

今月の予定

8日(火) 誕生会
17日(木) 夏祭り テイクア
20日(日) 夏祭り 3. 4. 5. 6 階

特定医療法人研精会 介護老人保健施設 デンマークイン若葉台

施設紹介

入所（認知症専門棟あり）
短期入所療養介護
通所リハビリテーション
訪問リハビリテーション

地域活動

介護予防サロンわかばカフェ

併設施設

稲城台病院
訪問看護ステーションゆい若葉台
介護支援センターゆい若葉台



★お気軽にお問い合わせください。
★職員随時募集中
住所：稲城市若葉台3-7-1
電話：042-331-3030

