

にここ通信

医療法人社団 古川医院
広報委員会

〒734-0023 広島市南区東雲本町1丁目1-2

TEL 082-281-7889

FAX 082-286-0100

URL <http://www.furukawa-iin.net/>

H29年9月号No.109



女性は60才を超えたら要注意

骨は、毎日できたり、壊れたりしています。女性ホルモンが減少すると、骨を壊す細胞が活発となり、気がつかないうちに骨粗鬆症のリスクが高まります。



骨の強さは、骨に含まれるカルシウムなどの量（骨密度）と

骨の質によってきまります。

2センチ以上身長が低くなった方は

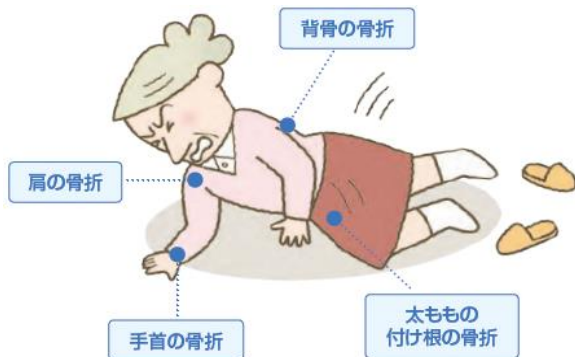
骨密度検査を受けましょう

当院では、いろんな栄養相談や、

楽しい体操教室があります。

まいにちの健康管理が、

骨粗鬆症予防にも大切です。



配食サービスについて

飲み込みが難しかったり、糖尿病や腎臓病など特別食が必要となられた方は、配食サービスを利用することが出来ます。

広島市では、身体が虚弱で、食事調理が困難な高齢者世帯に対して、配食時に安否確認するサービスも行っています。お粥 刻み食 糖尿病食 胃潰瘍食 など、いろんな種類があります。

ご興味のある方は、ご相談ください

（補助対象者は、1食500円程度）



8月3日（木）デイケアで恒例の夏祭りが開催されました。
 “歌あり” “フラダンスあり” “風鈴作りあり” そして“豪華食事あり”と、
 ご利用者様には楽しくて美味しい1日を過ごしていただきました（^▽^）/



～9月レク予定～

日	月	火	水	木	金	土
					1 足湯 ティッシュスライダー	2 後ろ向きバスケット
					月見作品	月見作品
3	4 健康体操	5 健康体操	6 健康体操 本館：卓球	7 フラワー教室	8 足湯 パタンク	9 ギター演奏会
					月見作品	
10	11 健康体操	12 健康体操	13 湯山先生の音楽療法	14 誕生日会	15 ヤクルト体操	16 足湯 カラオケ
						月見作品
17	18 (敬老の日) カラオケ体操	19 健康体操	20 敬老会	21 足湯 サッカーボーリング	22 藤田先生の音楽会	23 (秋分の日) 綱巻きゲーム
					月見作品	月見作品
24	25 健康体操	26 健康体操	27 健康体操 本館：卓球	28 折り紙	29 足湯 陣取りゲーム	30 パコパコゴルフ
					カラオケ	月見作品
					月見作品	月見作品