フムフム

2026年10月25日発行　（月1回発行）
さっぽろ香雪病院リハビリ科
第301号

～秋祭り～

1病棟で10月1日（木）に秋祭りを実施しました。輪投げでは点数によって景品がもらえるということで白熱し、リベンジの希望や２位３位決定戦では応援の声がたくさんありました。お菓子釣りでは欲しい景品に狙いを定めて希望のお菓子やジュースをゲットして参加者同士で盛り上がっていました♪デザートにはハロウィンのかぼちゃの練り切りを提供し、「かわいい」「おいしい」とたくさん感想をいただいています。







６病棟では、10月６日（火）に秋まつりを実施しました。秋にまつわるお話や職員によるピアノ演奏、季節の〇×クイズや三択クイズを楽しみ、皆さまの元気な回答で大いに盛り上がりました。最後はお待ちかねのデザートを味わい、「楽しかった」「おいしかった」といった嬉しい感想も聞かれ、笑顔あふれる秋まつりとなりました。







～健康チェックデー～

すてっぷクラブでは４か月に一度健康チェックデーを行っています。握力、片足立ち、ステッピング、立ち上がり、下腿周径の５つのテストをそれぞれ行い、現在の体力を知ることができます。終了後にはお飲み物なども用意していますので、普段すてっぷクラブに参加されていない方や、初めての方もお気軽にご参加ください。次回は 11 月 25 日（水）に行う予定です。









手芸～推し活～

今年度から、クロスステッチで作る推し活ストラップを始めました。 推しカラーやモチーフを選んで、オリジナルのストラップ作りができます。編み物や刺し子も行っています。 作業で困ったところはスタッフがサポートしますので、安心して続けられます。 登録制ですので、参加希望の方は作業療法士までお声がけください。



<編集後記>
木々が色づいて紅葉の季節になりましたね！秋になり気温が急に寒くなってきています。感染症対策を行って体調管理に気を付けていきたいですね。(Y.N)