

きらっとサンスマイル



第168号
発行:令和 8年 7月



介護老人保健施設
サンスマイル三木

～理念：陽光（ひかり）と緑あふれる空間で、ともに”いつも”の生活を～

今年も「サンスマイル三木作品展示会」を開催します！

このたび三木市役所の皆様のご協力のもと、「みつきいホール」をお借りして「サンスマイル三木作品展示会」を開催します。期間は8月17日から23日を予定しています。

今回は「サンフォレスト三木」と共同で開催します。それぞれの施設の作品を持ち寄って、昨年よりも多くの作品を出展することになりました。バラエティに富んだ作品を、より多くの方に楽しんでいただきたいと思います。

展示会開催を神戸新聞の記者の方にお知らせしたところ、先日取材をしていただきました。おもに手芸クラブ、書道クラブの利用者さまから取材をされていましたが、その内容についてはここでは触れません。記事は今週中に神戸新聞三木版に掲載されるそうですので、実際に記事をご覧ください。

第7回 明治安田「大人の塗り絵コンクール」で特別賞を受賞されました！

当施設をご利用になっておられる井ノ元恵美子様は、いつも塗り絵に取り組んでおられます。この度、第7回明治安田生命「大人の塗り絵コンクール」に応募された作品のうち、4作品で「特別賞」と「お手本そっくり賞」に入賞されました。

塗り絵なのか、写真なのか一目見ただけではわからないくらいどれも精密な作品で、われわれ職員はいつも楽しませていただいています。

皆さんにも鑑賞していただきたいので受賞作品を近日中にホームページに掲載します。

是非ご覧ください！



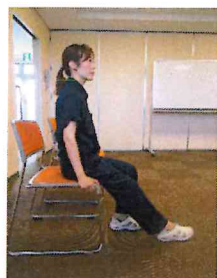
特別賞「飛騨の里」



特別賞「ざるかぶり犬」

暑さに負けない！「夏のストレッチ大作戦」はじめました～こむら返り予防編～

暑い夏の環境下では体内の水分が失われやすくなります。そのことが原因でふくらはぎの筋肉の疲労やこむら返りが起こりやすくなります。是非この機会にふくらはぎのストレッチを行い、こむら返りを予防しましょう。



筋肉が伸びている状態を10秒間キープしましょう。
※無理のない範囲で実施してください。

①椅子に浅く腰掛けます。 ②ストレッチする方の足を前に出します。

③つま先を自分の方に向け、膝を下の方に押し下げます。

※QRコードを読み込んで頂くと携帯から簡単に動画が視聴できます。



レクリエーション ～七夕編～

短冊に願いを込めて、飾りつけをしました



リリース情報

サンスマイルの情報を動画にて配信しています。以下のQRコードを読み込んでみてください。

- ・「笑顔と感謝」に合わせたリハビリ体操
- ・利用者さまのリハビリ体操の様子
- ・サンスマイルのお部屋などを紹介



編集後記

スペインの優勝で幕を閉じた北中米W杯は、史上最もテクノロジーを駆使した大会と称されています。

そのなかでもとくに今大会で使用された試合球が話題になりました。ボール内部にわずかな振動も感知できるセンサーが搭載され、その精度は髪の毛がボールに触れたかどうか判別できるほどです。実際クロアチア対ポルトガル戦ではセンサーの解析がもとで判定が覆り、物議を醸しました。

このテクノロジー普及の流れはスポーツ界に限らず、介護業界でも活発です。当施設でも今年度より「見守り機器」を導入し、利用者さんの安全確保に努めています。

今後さらなるテクノロジーの進歩により、「ロボット」がリハビリを提供する時代がやって来るかもしれません。その際、利用者さまから「ロボット」よりも「長谷川」を選んでいただけるよう、今からスキルを磨き、レベルアップを図りたいと思う今日この頃です。

長谷川 悠吾

《ショートステイのご案内》

ご家庭での事情等でご自宅での介護が一時的に困難になった場合、ご利用いただく短期間の入所サービスです。ご利用に関してのお問い合わせ、何かお困りのことがございましたらお気軽にご相談ください。

ショートステイ担当：中張・奥本・丸山



介護老人保健施設 サンスマイル三木
(三木山陽病院隣り)

住 所：三木市志染町吉田1213-1

電 話：0794-87-8720

FAX：0794-87-8707

<http://www.hoyukai.or.jp/sunsmile/>

※QRコードを読み込んで頂くとホームページにアクセスできます。

