



バナナ園
グループ

2023.11 vol.215 (特別臨時号)

BANANA NEWS

BIMONTHLY

暦の上では冬が始まる11月。秋の名残を感じつつも冬を迎える準備を始めないと！BANANA NEWS vol.215 が完成です。今号は、「フェムケアイベント」を特集します。どうぞお楽しみください。



ホームページ



公式 twitter



▲バナトレの準備運動「ふるさと」に合わせて体操を行なう入居者様

～フェムケアは高齢女性の健康にも欠かせないことをご存じですか？～

「月経コンディショニング」&「フェムフード・デザート」

「高齢女性にもうれしいフェムケア体験会」を開催

行政や医療関係、地域の方々やご家族をお招きしてフェムケアの取り組みをご紹介します

近年、女性のライフステージにおけるさまざまな健康課題を解決するフェムケアが注目されていますが、高齢女性に起こる問題はほとんど触れられていません。そこで今回、健康で生き生きと過ごせる地域社会づくりの一環として、そして新型コロナウイルスの影響で生田エリアにおいても控えていた約3年ぶりとなる地域やご家族との本格的な交流再開の取り組みの意も込めて、地域の方々やご家族をお招きし、フェムケアの取り組みをご紹介します体験会を開催しました。

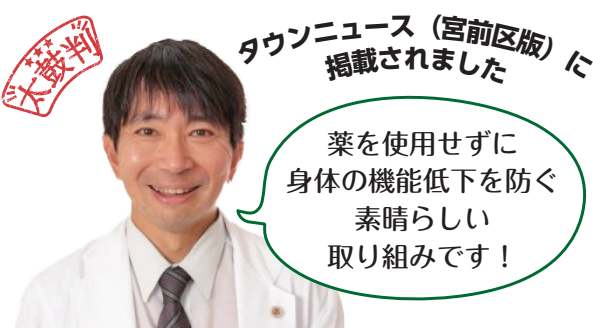
フェムケアは、もはや高齢者介護には欠かせない取り組み

2023年1月からSP-Bodyによる独自のパーソナルトレーニング「バナトレ」を本格的に導入しており、入居者様の身体機能が改善し表情も明るく元気になるなどの効果が表れています。またバナトレには女性特有の健康課題の解決のため考案されたフェムケア「月経コンディショニング」が組み込まれており、筋肉の衰えで子宮が膣口から出てしまう骨盤内臓器脱をはじめ、膀胱炎や尿漏れ対策を進めています。



▲骨盤模型を使ってわかりやすく骨盤底筋群の説明をするSP-Body 太田藍トレーナー

フェムケア「月経コンディショニング」を組み込んだパーソナルトレーニング「バナトレ」	女性にうれしい・おいしい「フェムフード・デザート」	本格的な水耕栽培装置を使った「緑黄色野菜の葉レタス」の栽培
パーソナルトレーニングジム SP-Body が認知症介護施設で実施するため独自に構成したプログラムを体験。入居者様や職員が『ふるさと』を歌いながら、機能解剖学に基づいた的確な運動療法や、月経コンディショニングのプログラムで女性特有の課題の改善に楽しく取り組みました。	フードコーディネーター岩下美帆さん考案の女性にうれしい料理とデザートを試食。メニューは「レタスとひじきの押麦サラダ」と「胡麻と豆乳のブラマンジェのレタスソースがけ」で、参加された方からは、「おいしい！レシピを教えてください」や、「レタスをデザートに使うことは思いつかなかった」と大好評でした。	プランツラボラトリーと東京大学協同開発のフードテックによるサステナブル農業を実現する水耕栽培装置をご紹介します。入居者様と職員が育てているレタスも立派に育っています。体験会の日に新開発の小型軽量化した「ハーフサイズラック」を発表しました。※「ハーフサイズラック」は12月頃バナナ園グループに設置の予定です。



タウンニュース(宮前区版)に掲載されました

薬を使用せずに
身体の機能低下を防ぐ
素晴らしい
取り組みです！

▲生田の社・泉の訪問医師の神田東人医師
神田クリニック院長(川崎市中原区)



神田クリニックの
HPはこちら

入居者様やご家族、地域の方々や職員と一緒に楽しみました

全員が入居者様と共にパーソナルトレーニング「バナトレ」を行ない、試食の料理とデザートを楽しみ、笑顔に包まれた楽しい体験会になりました。

当日は報道関係の方も来場しておりタウン誌で紹介されました。コロナ禍での外出自粛や交流機会の減少によって、認知や身体の機能が低下するリスクが高まり、その間、職員は緊張感を持ちながらさまざまな工夫により

り入居者様を支え、ご家族にもご協力いただくことで乗り越えてきました。外出の制限があっても入居者様の健康を維持し、交流を再開した際には一緒に楽しむことができるオリジナルの施策を作り上げました。

今回ご紹介したフェムフード・デザートは、12月開催の旬の食材を楽しむフルコースランチ「口福の会」のメニューとして全事業所の入居者様にお召し上がりいただきます。



▲もちろん性別に関わらず身体機能の低下予防につながる運動も含まれています



「水耕栽培」(サステナブル農業) と「食」(栄養)



川崎市宮前区・多摩区（生田方面）で
施設をご紹介くださる方・ご入居を検討されている方・介護施設で働きたい方へ

参加無料
要予約

お気軽にバナトレ体験会へいらしてください

生田の杜は、毎週火曜日の14:00~14:30にバナトレを行なっています
併せて水耕栽培装置もご覧いただけます

体験会のご予約・お問合せ



バナナ園グループ

バナナ園 生田の杜

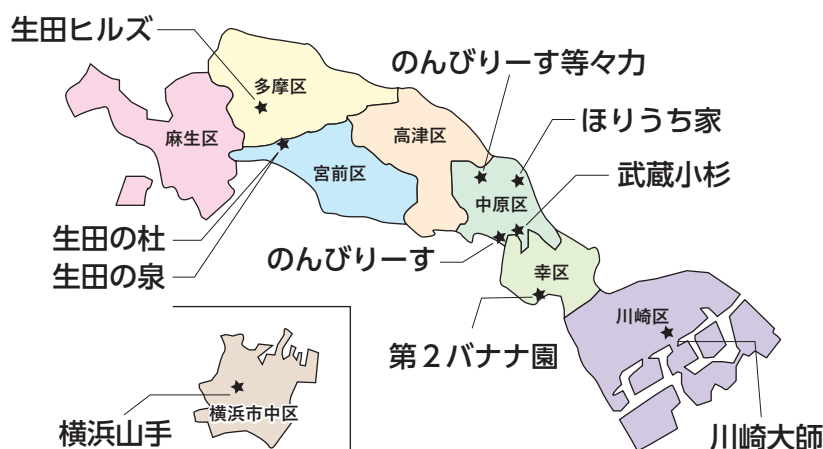
TEL:044-789-5692

バナナ園グループは
専門のケアで
あなたの大切な人の
笑顔と元気を育みます



株式会社アイ・ディ・エス 入居担当
TEL:044-455-6119
E-mail:nyukyo@bananaen.com

〈バナナ園グループ〉



★介護に関するお問い合わせ、施設入居の見学等も随時受け付けております。

お気軽に
お問い合わせください

専用ダイヤル 044-455-6119