



シーダ・ウォーカー



時事寸考

シーダ・ウォーク施設長、医師の吉田です。自転車の交通ルールや取り締まりの在り方を議論してきた警察庁の有識者検討会は12月21日、自転車による交通違反に交通反則切符(青切符)を、交付する制度を導入するとの中間報告をまとめました。表にある違反をした場合に、

手続き	対象となる主な違反内容
反則金を納付すれば起訴免除 16歳以上	<ul style="list-style-type: none"> 信号無視 指定場所一時不停止 通行区分違反 通行禁止違反 遮断踏切立ち入り 歩道における通行方法違反 制動装置不良自転車運転 携帯電話使用(ながら運転) 緊急自動車妨害 公安委員会順守事項違反(傘差しなど)
起訴を見据えて捜査 (赤切符)	<ul style="list-style-type: none"> 酒酔い運転 酒気帯び運転 携帯電話使用(危険を生じさせた場合)

反則金納付通告(青切符)が可能になり、金額は5千~1万2千円が想定されています。自動車の青切符と同様に反則金を納付すれば起訴免除となります。自動車のような点数制度は検討

されていないようです(免許証がないですから当然ですが)。対象は16歳以上で、義務教育が終了して交通法規も知っているはずだからです。道路交通法改正案の通常国会提出を目指すようです。

これらの違反は、もともと道路交通法で規定されていて自転車にも適応されるのですが、これらの違反のみで起訴されることはまずありませんでした(人身事故をおこせば民事・刑事訴訟の根拠となります)。ただし2015年6月1日から、3年以内に危険行為(表のものと同様)を2回以上繰り返した場合に自転車運転者講習受講命令を受けることがありました。講習は3時間で手数料が6,000円、受講命令に従わなかった場合は5万円以下の罰金となっています。

栄養科より今月の一押しメニュー

1月1日の夕食にはお正月の雰囲気を取り入れたお食事をご用意します。1月11日鏡開きには「おしるこ風」おやつをご用意しています。食は健康の源です。今年もしっかり食事を取り元気にお過ごしください!



短い期間、車いすを使いたい方に

車いすの貸出をしています

ちょっと外出したい、受診の時に使いたいなど、短い期間車いすを使いたい方(原則杉並区の方)に貸出をしています。詳しくはお問い合わせください。

03-5311-6262



コンサート開催しました♪



12月16日の土曜コンサートに「まーまーよ♪」の皆様が来てくださいました。前回の8月コンサートと雰囲気が変わり、クリスマスを感じさせてくれるコンサートを

披露していただきました。最後には、利用者様と一緒に「もろびとこぞりて」を歌いました。利用者様に鈴やマラカスなどの楽器をお渡しし、歌うだけではなく楽器を使って参加していただく事ができ、とても楽しいコンサートとなりました。



ゆず湯に入っていました

昨年同様、今年も冬至の日に合わせて12月21日から12月23日の3日間にゆず湯を実施しました。シーダ・ウォークで購入した大きい柚子のほかに、職員が寄付した花柚子と一緒に楽しみました。シーダ・ウォークでは、今後も



季節を感じるような企画で皆さまに喜んでいただけるよう努めてまいります。

クリスマスツリーを飾りました*

今年もクリスマスツリーを飾りました。ロビーには大きなクリスマスツリーを飾ったため、とても華やかになりました。来月のシーダ・ウォーカーでは、フロアで実施したクリスマス会の様子を掲載する予定です。



2023年12月25日発行 vol.198 発行責任者: 吉田晴彦
編集責任者: 落合直樹 発行: 社会医療法人河北医療財団
介護老人保健施設シーダ・ウォーク
〒167-0034 東京都杉並区桃井3-4-9
TEL. 03-5311-6262(代) FAX. 03-5311-6180
<https://kawakita.or.jp/suginami-area/cedar/>





シーダ・ウォークの 栄養ケア



栄養科では  食事観察(ミールラウンド)

 体重測定値の推移

 食事摂取状況

…等により多職種(医師・看護師・

リハビリ担当者・介護職員等)との**情報共有**を行い、**低栄養リスク判定**を行います。
そこから**個人に合わせたプラン**を作成します。

デイケア利用中の方で低栄養のリスクが高い方については、ケアマネジャーさんや
家族と栄養状態についての相談をしています。

入所中の方・ショートステイご利用の方は施設内の各職種の担当者と食事形態、内容
等の検討をしてお食事の提供をしています。

食事に関する事で気になることや不安なことがあれば相談ください。

シーダ・ウォークのごはん



毎月、季節の行事に合わせたメニューや、
旬の感じられるメニューを提供しています。



9月

敬老の日メニュー
炊き込みご飯・赤だし風味噌汁・
天ぷら・炊き合わせ

ひなまつりメニュー
彩りちらし寿司・清まし汁・
茶碗蒸し・三色花ゼリー

3月



10月

シーダ祭メニュー
あんかけ焼きそば・鶏つくね・
味噌汁・チョコバナナ

白身魚のかば焼き丼



8月

6月



**海老ピラフ・ミネストローネ・
フルーツババロア**