



暑～い、熱～い 夏祭り！

今年は、皆様の“参加”を重視し、ゆったりとした時間の中で楽しく行なわれました。

はじめに皆様の手拍子、「わっしょい、わっしょい」という掛け声に合わせ、おみこしが入場。続いて、代表の方が「東京音頭に」合わせて太鼓を叩いて下さり、大変盛り上がりました。



盆踊りでは、席を立ち、職員と一緒に踊ってくださる方もいらっしゃいました。

すいか割では職員が割ることができなかったスイカをご利用者が割って下さり、おやつに皆様で食べることができました。



9月号

丸子の里 そよかぜ通信

No.42

発行
認知症対応型
通所介護
デイサービスセンター
丸子の里
そよかぜ

看護師から ひとこと



今話題のロコモシンドロームって何？

骨、関節、筋肉が老化や病気で働かなくなると日常生活に支障をきたし、介護が必要になったり、寝たきりになる恐れが高くなります。そのような状態のことをロコモシンドローム（運動器症候群）といいます。

チェック項目は、

- ① 片足立ちで靴下がはけない
- ② 家の中でつまずいたり滑ったりする
- ③ 15分以上続けて歩けない
- ④ 横断歩道を青信号で渡りきれない
- ⑤ 階段昇降に手すりが必要



皆さんも
チェックして
みましょう！

第7回『家族のつどい』を 11/22（日）に開催します！

『家族のつどい』については
後日ご案内させていただきます。
皆様の参加、お待ちしております。

スキンケアで若々しく

いつまでもきれいでありたいと願うのは、どの女性も同じことですが、いつの間にか筋肉がたるみ、しわも増えてくるものです。

そこで今回は、化粧水、乳液を使いフェイスマッサージを行ないました。

まず蒸しタオルで汚れを落とし、化粧水でパックをした後は乳液で軽くマッサージをしながら血行をよくしていきます。



やり終えた後は皆様気持ちが若々しくなられたようで、鏡を見ながら微笑んでいたのが印象的でした。



かき氷

毎日暑い日が続く、「何かつめたいものが食べたい」という一言から、かき氷を皆さんに削ってもらった計画を立てました。



ボール体操で身体を動かした後、ご利用様が削ってくれたかき氷を「冷たい！おいしい！」と笑顔で話をしながら、とても喜んでいただきました。



今月の
とびっきりの笑顔♡

デイサービスセンター丸子の里の介護やサービスについて皆様からのご意見・ご要望をお待ちしております。
デイサービスの活動見学にもお気軽にお越し下さい。

TEL : 257-5303
FAX : 257-5308
担当：佐野・石川

