

はなみずき

令和2年 8月号
高志の郷デイサービスセンター
<http://www.fukuhoukai.jp/>

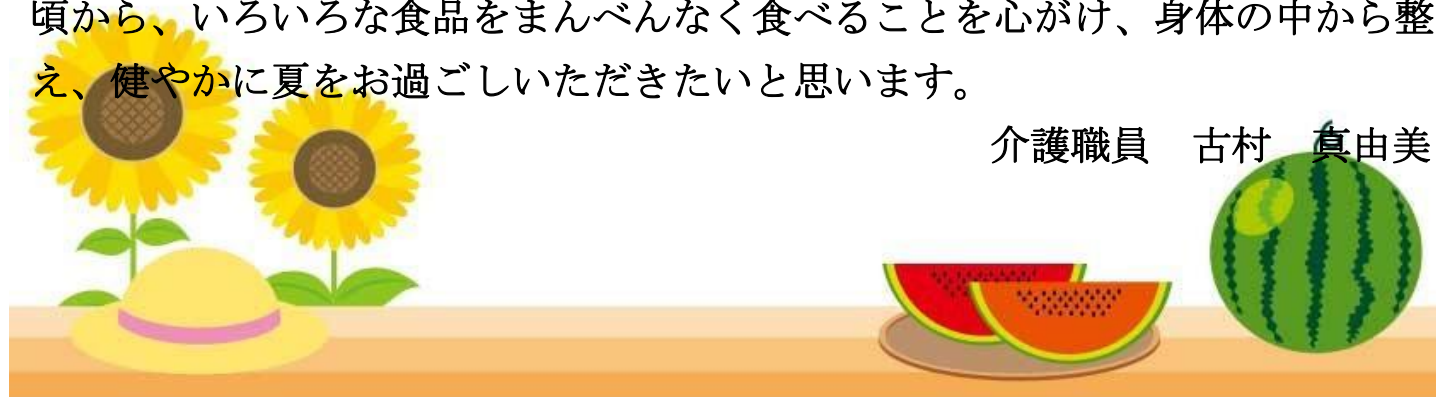
ようやく梅雨があけ、気持ちのいい青空が広がるとともに、暑さも増していますが、皆様お元気でお過ごしでしょうか。

さて、暑さが続くことで、身体に影響し、夏バテといわれる様々な症状が起ることがあります。この時期、いつも以上に体調には気を付けなければなりません、毎日の食事を少し見直すだけでも、夏バテ予防に繋がります。

今が旬の夏野菜は、みずみずしく、栄養がたっぷりと詰まっています。旬の時期は栄養価が高く、何より美味しいし、値段も安いので、毎日の食事に取り入れたいですね。トマトやキュウリなど、生で食べられる物も多く、夏に不足しがちな栄養素を簡単に補給できます。また、暑さで食欲不振になることがありますが、ミョウガや青じそ、生姜などを添えると、香りの効果で食欲が増し美味しく食べられます。

新型コロナウイルスの感染拡大が治まりませんが、免疫力アップのため、日頃から、いろいろな食品をまんべんなく食べることを心がけ、身体の中から整え、健やかに夏をお過ごしいただきたいと思います。

介護職員 古村 真由美



基本理念

- 一、高齢者の生活と人権を尊重し、公正で開かれた施設運営に努めます。
- 二、高齢者が地域で安心して生活を送る事ができる拠点施設となるように努めます。
- 三、施設は、利用者の社会生活の場として位置づけ、安全で安心した日常生活を送る事ができる環境作りに努めます。
- 四、職員は、常に満足のいただけるサービスが提供できるように励み、地域社会活動にも積極的に関わり、地域から求められる施設となるように努めます。



8月お誕生日の方

涼 繁子 様

石川 すみ子 様

大家 すみ子 様

おめでとうございます

9月行事予定

敬老会

小物作り

カレンダー作り

※予定は変更になる場合があります。



☆新型コロナウイルス感染症対策のお願い☆

- (1) サービス利用日の朝、検温し37.5度以上の発熱がある場合、ご利用はお断りいたします。発熱後、1週間はご利用を遠慮して頂きますようお願いいたします。
- (2) ご利用時にはマスクの着用をお願いいたします。
- (3) ご利用中に体調不良を認めた場合は、ご家族に連絡いたします。お迎えをお願いいたします。
- (4) 主介護者や同居のご家族様が県外へ行かれた場合、または感染拡大地域から来県された場合は、サービスのご利用は1週間程度中止させていただきます。

☆デイサービスからのお願い☆

- ・携帯電話の使用や持ち込み、貴重品の持ち込みはご遠慮下さい。
 - ・持ち物には全て記名をお願いいたします。
 - ・病気治療のため食事制限が必要な方もおられます。お菓子類など食べ物の持ち込みはご遠慮下さい。
- 尚、食中毒発生防止の為、皆様のご協力をお願いいたします。



体操

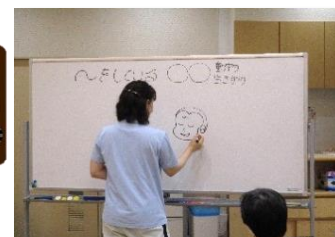


午後の活動前の体操で、凝り固まった体をほぐし、体も気持ちもスッキリ！そして体操の後は、水分補給！熱中症予防のために、こまめに水分補給をしています。



脳トレ

昔の電気製品の写真を見て、「家にあった」と使い方を積極的に説明してくださり、懐かしく思い出されていました。



花壇



朝顔が成長し、立派なグリーンカーテンができました。色とりどりの花が咲き、毎日楽しませてくれます。キュウリも元気に育ち、たくさんの実が成っています。



小物づくり「風鈴」



7月は、風鈴を作りました。好みの色画用紙やビーズ、マスキングテープを選び、オリジナルな、とてもかわいい作品が完成！皆様大満足！！



余暇活動の時間に、体操や脳トレ、ゲーム、制作などを行っています。頭も体も指先もフルに使い、利用者様同士コミュニケーションをとりながら、笑って楽しく過ごしていただいています。

壁画制作「ひまわり畑」



皆様共同で「ひまわり畑」を制作しました。細かい作業も利用者様同士、会話をしながら、楽しくすすめる事ができました。



ゲーム



チーム対抗戦や勝ち抜き戦で、勝利を目指し、真剣勝負！「がんばれ～」と元気いっぱいの声援が送られ、一生懸命がんばりました！



カレンダー制作「とうもろこし」



折り紙を葉っぱの形にちぎり、とうもろこしの粒はフキフキを使って、表現しました。皆様それぞれの個性が出て、素敵なカレンダーができました。

