

* 5月中旬にご利用者様と一緒に植えた、ミニヒマワリは7月下旬、見事に開花しました。可愛らしいヒマワリに、ご利用者様も笑顔を浮かべておりました。大雨の影響もありますが、こもれび内では、沢山のハッピースマイルヒマワリが満開となっております！(๑•̀•๑)



* コロナ禍3年目の夏！ご利用者様に『夏の思い出を』とささやかながらのミニミニ夏祭りを開催しました。輪投げ大会に加え、魚釣りに挑戦!!そして…夕食後には”花火大会”を行いました。手持ち花火と噴出花火を用意。『何十年ぶりだべが〜』『あい〜キイだごどお〜』と歓声と拍手が送られました。



今月の作品展

夏らしい作品の企画!!という事で、今回は”センサーバッグ”作りにチャレンジしました。チャック袋に魚達のシールを貼り、液体のりを注ぎ…グリッターを入れキラキラ感を再現。金魚を泳がせる予定でしたが…不在の為、水族館並みの沢山の魚を泳がせてみました。ムニムニした感覚に『これ、凄い良いね〜』『うわあ〜良いごどお〜』と目を輝かせておりました。

注目



* 前回デイサービスでのレクリエーション風景にて、『スタンドグラス風壁飾り』をご紹介しましたが、実はショートステイのご利用者様にもとても好評で、私も作ってみたい!、もう一度作りたい!との声が聞かれ、作業開始。完成作品は、居室に飾らせていただきました。後日、「夜になるとキラキラ光ってキレイなのよ…お部屋に見に来て〜」とご利用者様より嬉しい声が聞かれました。



こもれび通信

令和4年サマースペシャル号

個人情報の関係により、一部加工しております。

皆さん、こんにちは！o(*'▽')ノ

立秋をすぎ、暦の上では秋を迎えましたが、まだまだ暑い日が続いておりますね。今年の夏は気持ちの良い青空が広がり、夏本番!! と思いきや、急激な大雨の影響により豪雨災害に遭われた地域もありました。浸水被害は、心にも大きなダメージがあったことと思います。被害に遭われた皆様へ心よりお見舞い申し上げます。

さて、こもれびでは『夏の行事』と題して、様々なレクリエーションを企画・開催し、ご利用者様にもチャレンジ・参加していただいたりと、今号も、ご利用者様の素敵な笑顔を沢山掲載することが出来ましたので、是非ぜひじっくりとご覧くださいませ☆

先日デイサービスでは『スイカ割りゲーム』を開催しました！ご利用者様に加え、職員も一緒になってスイカ割にチャレンジ。皆の声を信じて誘導された先には、な、な、な、なんとご利用者様がヘルメットを被って待機しているではありませんか…寸止め出来たのかは、ご想像にお任せいたします(笑) (´艸`)ウワ

機能訓練Day!

デイサービスでは、月に2回の機能訓練日を設けておりますが、今回は実際のご相談内容についてのご紹介をしたいと思います！



石川様は、どんなご相談ありますか？



手足のしびれ・腰の痛みがあるけど、どんな体操をすればいいもんだべ～??



今、自分でやっている、手すりを使ってかかとの上げ下げしているのを継続し、今日行った体操を続けていくと良いと思います



こもれびに来れば、リハビリとか体操やるけど、家さ居れば、なかなか出来なくてなあ～



全部やろうとしなくても良いので、続けられそうな事をやってみましょう！自分自身が実感するまで続けてみてください。継続する事が大切です・・・



自分のペースで少しずつやってみるな～。こもれびに来れば、必ず行ってるので、それだけでも良いと思ってる。家のベッドの上で出来る体操もあるので、それも続けてるなあ～



機能訓練を行うようになってから、肩と首回りがスッキリしたー！こもれびだと、お風呂もゆっくり入れるから、それだけでもたい～した良いもな！また宜しくたのむなあ～！



☆来月も予定しておりますので、皆様もこの機会に色々相談してみましよう！

8月から9月というのは、夏の暑さから秋の涼しさへと向かう季節が切り替わる頃ですね。朝晩の気温が次第に下がり、日中の気温差が大きく、身体への負担が大きくなりやすい季節です。寒暖差の激しい『秋』は自律神経のバランスが崩れやすく、「なんとなく体がだるい」「胃腸の調子が悪い」「疲れやすい」「頭痛がする」といった体調不良の原因となります。また、秋が深まるにつれ、空気がどんどん乾燥していきます。空気が乾燥すると、汗をかいてもすぐに乾いてしまうため、汗をかいていることに気づかず、水分補給のタイミングを逃してしまうことがあります。のどを潤す程度ではなく、しっかりと水分補給をしましょう。

水分が不足すると、便秘や肌荒れ、のどの痛みなどの体調不良の原因となります。体調には十分気を付け、楽しく快適な『秋』を迎えましょう！

CHECK

編集後記

*今号はショートステイのご利用者様がメインとなりレクリエーション風景をお届けしております。こうしてレクリエーション活動を行ってみると、私達職員が思ってる以上に、皆様興味深々となって、私もやってみたい!という声が聞かれ、笑顔も見受けられます。その瞬間、『やって良かった～』と思います。ソシテ…ヒマワリの顔はめパネルも、ご利用者皆さまがノッて写真撮らせてくれますので、沢山の笑顔が広がりました。次回は、皆様主役の『敬老会』の様子を掲載出来ればと思っておりますので、お楽しみに・・・

目隠し中に、コッソーリと利用者様にメットを被っていただき…叩く瞬間に目隠しをはずし・・・

