

セントラル堀田新聞

第61号
2ヶ月1回発行
令和2年7月10日

デイケア便り



☆短冊に願いを込めて



皆さま、七夕の行事に触れ、季節を感じるとともに、今の願い事を短冊に書き記

しました。

ミニ吹き流しの作成様子

お花紙を丸めて、団子にし、牛乳パックの側面にポンドで貼っていきます。



丸める、包むなどの作業を通じ、指先の運動になります。



☆アサガオの壁飾り

折り紙でアサガオを折り、ひとつずつ、ツルの枝木に貼り付けました。



アジサイの壁画

皆さまの共同作品です♪



風船バレー



うちわを使ってエイッ!

☆抹茶風味・ワッフル作り

美味しい顔です♪



紙コップ積みゲーム

6月某日、2・3階フロアでは、折り紙と紙コップを使ったゲームを行いました。

ワクワクするようなBGMが流れると、スタッフによる説明が始まり・・・



恐る恐る積み上げて、



慎重派が多い様です。



一見、簡単そうに見えて意外と難しいんです。



お互いに協力しながら、「おや？あれ〜」



やっぱり、なんといつても、楽しみは、参加賞のおやつ。



美味しく頂きました！

あまあ〜い！
おやつレク



ロドケの良いバナライ
スと甘いあんこにフルー
ツを添えて、2・3階の利
用者様に味わっていただき
ました。



冷たくて

おいしく♪



手がとまりませ〜ん！



思わず笑みが

こぼれます♪



美味しくて

う・ふ・ふ…



甘いものはいいね〜

皆様の笑顔職員は美味しく頂きました。今後も沢山の笑顔を見られるよう考えていきたいと思ひます。

願いが叶いますように

☆短冊作り☆

今月は七夕ということ
で、一人ずつ短冊に願い事
を書いていただきました。



「何を書いたらいい？」と
悩みながら願い事を考え、
真剣な表情で書かれていま
した。



自主トレに励んでいます！

ペダルこぎ



4・5・6階では自主的
に行うリハビリとして、ペ
ダルこぎを行っています。
声をかけて誘うと「よー
し、やろうかー。」と取り
組まれる方や、毎日積極的
に行っている方もいらっし
やいます。



頑張つてペダルをこぐ様
子をフロアで拝見すること
も多く、1日に3回程取り
組まれる方もあります。



毎日、朝一番にペダルこ
ぎを始められています。熱
心にペダルをこぐ様子に、
スタッフも感心してしまう
ほどです。

ほろ酔い気分です

居酒屋レク

いよいよシーズン到来！
ということ、ノンアル
コールビール、枝豆、つく
ねやチヂミで居酒屋気分を
味わっていただきました。

女性陣には調理のお手伝
いもお願い。



完成後は、皆で乾杯！



「ビールが美味しい季節
になったねー。」



事務所だより

介護支援専門員の大矢です。

梅雨入り前のある日のこと、5年生になった姪が、

我が家にある金柑の葉に産み付けられた小さな卵と小さな幼虫の姿を発見。その姿を見るなり「かわいい！飼いたい！」と嬉しそうに飼育ケースの購入を催促するではありませんか。虫嫌いの私には到底理解できませんが、その日のうちにケースを購入して葉っぱごとと幼虫達を捕獲。毎日大量に出る糞の掃除と餌用の葉っぱを小さな枝ごとケースに入れてその成長を楽しんでおりました。



ところで、その幼虫ですが、幼少期は黒い姿をしており脱皮を繰り返していきまると黄緑色になっていきま

には美しい羽根を広げてアゲハ蝶へと成長していきました。現在6匹が巣立っていつているそうです。今年の夏休みの自由研究はすでにバッチリ！

リハ通信

臥位のポジショニングは「からだを安定させること」「からだを動きやすくすること」を目的としています。ポジショニングは①関節の拘縮や変形を防ぐ②筋の緊張を調整する③呼吸や消化機能を改善する④痛みを軽減する⑤褥瘡を予防する、⑥血流を改善する⑦からだの中心や部位などの認識を促すなどの効果があります。

利用者様からだの様子をみさせていただき、その方にあわせた臥位姿勢の提案、マットレスやクッション・まくらの選定を行っていきます。安楽に過ごせるよう工夫しています。

ご家族様にもクッションや枕のご用意をお願いします。今

後もご協力いただけると幸いです。



栄養ワシントンメモ 管理栄養士の

これから旬を迎える甘夏。甘夏にはビタミンCが豊富な上に、クエン酸も多く含まれています。

ビタミンCは免疫力アップに、クエン酸は疲労回復に大きな効果を発揮します。また、カリウムも含まれており、腎臓の働きを助けて利尿効果を高めたり、血圧を下げたりと、色々な効果が期待できます。

さらに、甘夏の皮には発がん抑制成分であるβクリプトキサンチンが含まれています。果肉よりも皮に多量に含まれるため、皮を使ってジャムやピールなどを作って摂取すると効果的です。

コロナ自粛が続く関係者

の皆様は面会中止をお願いしていましたが、ようやく先月から面会の一部を解除させていただきました。

今後コロナウイルスがどのように終息を迎えていくのか全く予測ができませんが、様々な情報や感情に振り回されず、エビデンスに基づいて進めていかねばならないと思っています。

医療介護従事者へのコロナ偏見の記事を読むと心が痛みます。更に医療介護従事者間のコロナ差別は怒りすら覚えてしまいます。

ソーシャルディスタンスなんて言葉が出ましたが、心までディスタンスは悲しい。ところで車だったら車間距離という言葉があるのに、ソーシャルディスタンスと呼ぶのはなんでだろう？オーバーシュートやらロックダウンやら対戦ゲームに出てきそうな響きで子供たちはかっこいいって言

うし、まさに異空間に放り出された様な日々。早く日常に戻るよう頑張らねば！ 施設長 西本潤子

編集後記