



第26号

2022年. 10月

デイサービスセンター 美郷 通信

のびのび



大型台風が涼しい空気を流れこませ、一気に秋らしくなりました。「食欲の秋」は、夏の疲れを戻したり、寒い冬に向けて準備をするための動物本能で食欲が増すのだそうです。季節の変わり目で食欲が出ないときは、食事の回数を増やしてみるのも良いでしょう。その際、筋肉のもととなる「タンパク質」や身体の調子を整える「ビタミン」をしっかり摂るよう意識してください。

秋の制作

すっかりお馴染みになった季節の飾りつけ。今回は柿の実をたくさん作りました。

まず新聞紙を手のひらで丸めて、指を使ってお花紙でくるみます。次に緑の画用紙にヘタの形を書き、それを切って前に作った実にはりつけます。

柿といったら、さるかに合戦！と連想が広がって、次はサルとカニの貼り絵に挑戦。

作り終わると次は、臼や蜂や栗も入れたらいいんじゃない？と新案が浮かび、とうとう大作が出来上がりました。



ゲームの紹介



お箸つかみ競争

容器に入ったペットボトルのキャップを箸でつかみ、制限時間内に別の容器へ何個移せるかを競います。日頃使っている箸でゲームをすることにより、認知症が進行している方でも取り組みやすく、手先の運動や集中力向上などの機能訓練にもなります。



「美郷デイの一日」の例



運動や活動を自分で選ぶ

集団での体操だけでなく、個人での運動やマッサージ機器の使用、脳トレ、四季折々の作業活動、趣味活動（書道、歌、刺繍など）の中から、自分に合った運動や活動する機会を選んでいただけます。

9:00~



お迎え

看護師によるバイタルチェック



10:00



ラジオ体操



入浴

運動・活動



口腔体操

12:00



昼食



口腔ケア

喫茶

リズム体操

レクリエーション

楽しく動こう♪



皆さんの「できる力」を活かしながら、状況に応じたサービスを提供します。



おやつ



15:30

お送り

デイサービスでは **1日体験** を行っています。（昼食&おやつ・送迎付き）760円

ちょこっとデイ（短時間デイサービス・送迎付き）もお試してください。

入浴・食事・活動などは曜日により違いがありますのでお問い合わせください。

☎ 072-866-7007

デイサービスセンター美郷（月～土 9～17時）