



デイサービス虹ニュース

～心と体が動く**元気**が見えるデイサービス～

おたより 7月号

ジャガイモ堀



畑のジャガイモを収穫することができました！

畑に積極的に関わってくださる方にとって、心待ちにしていた日のようで当日は「いつからいくんや？」とそわそわした様子で職員に聞いてこられていました。いざ屋過ぎから収穫に向かうと、予想を遥かに上回る数と大きさのジャガイモを掘り起こす事ができました。

収穫したジャガイモでカレー作り



ジャガイモを畑で収穫した2日後、カレー作りを計画していましたので穫れたてジャガイモを調理してカレーを作りました。いつものカレー作りより皆様、気合が入っておられたようでジャガイモを剥く作業も集中して行っておられました。調理後完成したカレーを食べ「やっぱり穫れたてはいつもと違って美味しいなー！」と喜んで食べてくださっていました。

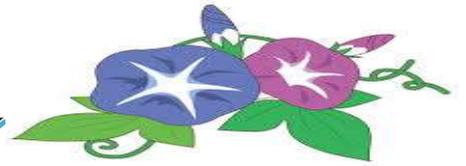
ケアハウス健康相談教室実施しました！！

5月25日に併設するケアハウスで健康相談教室を行いました。今回は健康寿命や介護・支援を要する原因、予防と対策についての講義に加えて、デイサービス虹で実施している『なないろ体操』の実践を皆さんで行いました。講義は真剣な眼差しでしっかり聞いておられ、歩行機能体操の実践では動きを意識して行なってくださいました。また、なないろ体操の一つである認知症予防体操では、ながら運動の難しさを職員も感じながら一緒に行いました。皆さんの笑い声も沢山あって、さらに脳の活性化に繋がりました。講義後には自身の体について相談をされる方もあり、有意義な時間を過ごすことができました！！





☆カレンダー☆



日	月	火	水	木	金	土
				1 体重測定	2 体重測定 介護相談員さん	3 体重測定 口腔衛生日
4	5 体重測定	6 体重測定 口腔衛生日	7 体重測定 すまいる市	8	9 口腔衛生日	10
11 	12 散髪週間 とくしまる	13 散髪週間	14 散髪週間 口腔衛生日	15 散髪週間 パン作り 	16 散髪週間 やきとり 	17 散髪週間
18	19	20 なないろ給食 	21 すまいる市	22 海の日 口腔衛生日	23 スポーツの日	24
25 	26 お誕生日週間 とくしまる 口腔衛生日	27 お誕生日週間	28 お誕生日週間 カレー作り 	29 お誕生日週間	30 お誕生日週間	31 お誕生日週間

5月の歩行プログラムについて

【結果】

- ・総距離：26412 周（約 1057km）
- ・月間記録：2620 周（約 105km）

気温の上昇に加えて、梅雨の雨による湿度の上昇もあり暑さを感じられる方が多くおられました。無理のし過ぎがないように、また運動後に水分補給をしています！！



6月のアジサイ



写真の綺麗なアジサイが映った写真ですが、これはデイサービス浴室の中庭に咲いている花です。浴室から眺められる綺麗なアジサイに「今年もいい感じに咲いたな。」と喜んでおられました。

来年も綺麗に咲くよう8月に剪定し枝を整え、利用者様に喜んでいただけるようにします♪