



人にしてもらいたいと思うことを、人にもしなさい
OMI CHIROBAKAI
 社会福祉法人 近江ちろば会

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④月号

日課の散歩を続けていくための運動を！！

今回ご紹介させて頂く方は、自宅周囲の散歩を日課とされている方です。デイサービスの利用をはじめられた頃から、ご自宅での運動習慣として日々の散歩を継続されていて、「これからも散歩を継続していきたい」というご本人の目標を受けて、デイサービスで機能訓練をさせて頂いています。下の写真は脚の筋力強化のための運動や歩く際のバランス向上を目的とした運動を頑張っておられる様子です。いつまでも元気な足腰を維持していきましょう。



☆足をしっかり持ち上げて振り出せる練習をしています。ひかかり予防にもなります。



☆方向転換の際のふらつきを予防するためのターン練習をしています。

買い物外出



先月に引き続き、フレンドマート菩提寺店さんにお買い物に出かけました。皆さん自分の目でしっかりと商品を確認してから購入されていました。この日を心待ちにされていた事もあり、目当ての物が買えるととても満足げな表情をされていたのが印象的でした。

ジャガイモを植えました



暖かくなってきたので虹でも畑作業を始めています。土を耕して畝を作り、じゃがいもの種芋を買に行きました。「半分に切って断面に灰をつけるのよ」と教えていただいたとおりに植え付け作業も無事終了。大きなじゃがいもをみんなで収穫して料理するのが楽しみです。



カレンダー



日	月	火	水	木	金	土
						1 体重測定 口腔衛生日
2	3 体重測定 口腔衛生日	4 体重測定 口腔衛生日	5 体重測定 すまいる市	6 体重測定	7 体重測定 口腔衛生日 なないろ給食	8 ハーモニカ演奏
9 	10 散髪	11 散髪 健康麻雀の日 	12 散髪 口腔衛生日	13 散髪 口腔衛生日	14 散髪 やきとり とくし丸 介護相談員来訪	15 散髪 ケアハウス 歌おう会
16	17 買い物外出	18 買い物外出 パン作り 	19 すまいる市	20 カレー作り 	21 カラオケの日 	22
23 	24 お誕生日週間 パン販売	25 お誕生日週間 健康麻雀の日	26 お誕生日週間 歌声ひろば	27 お誕生日週間	28 お誕生日週間 とくし丸	29 昭和の日 お誕生日週間
30						

WBC 観戦



先日開催された WBC の試合をデイサービスで観戦しました☆試合当日はフロアに大型テレビを設置し、手作りの日本の旗を持って応援体制もバッチリ。朝から大盛り上がりでした。体操中も横目で気にされていて、皆さんの関心の高さが伺えました。14年ぶりの優勝を決めた歴史的瞬間には皆さんから大歓声上がり、白熱した時間を共有する事ができました☆

♪ 移動販売 ♪



3月から毎月第2、第4金曜日に移動スーパー「とくし丸」さんによる移動販売が始まりました。食料品や生活雑貨を積んだワゴン車がデイサービスに到着すると、皆さん目を輝かせてお買い物を楽しまれました。販売時間が終わると「今度はいつ来てくれるの?」と名残惜しそうにされています。皆さん次回の販売日を心待ちにしてくださっているようです☆

(福) 近江ちいしば会【ほだいじデイサービスセンター虹】

TEL : 0748-74-3901

ホームページ <https://chiiroba.jp/>



「Facebook・Instagramもやってます」