



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**8月号**

## 喫茶店に出かけました



今月の喫茶外出は、野洲の『コメダ珈琲』に行きました。「美味しい物はたくさん食べれるわね～(^^♪」と満面の笑顔でモンブランを召し上がられた方や、思っていたよりも大きかったサンドイッチに驚いておられる方も…日常から少し離れるお楽しみの時間に皆さんご満悦なお顔をされていました。次回の喫茶外出もお楽しみに♪

## 4年ぶりの夏祭り



4年ぶりに法人の夏祭りを開催しました！皆さん心待ちにしてくださっていたのか、過去最高の来訪者数となり、関係者の方や地域の方、たくさんの方がお越しくださいました。来年は虹の利用者の方も参加していただければなと思っています。

夏祭りらしい露店(虹はかき氷と枝豆)と楽器の演奏会で最初から最後まで大盛況の夏祭りとなりました。来年も楽しみです(^^♪

## 洗濯物干しを使った機能訓練！

今回は、日頃デイサービスで行っている個別機能訓練の内容や、その効果についてお伝えします。ご紹介させて頂くのは、「洗濯物干しを使った訓練」です。この訓練では、洗濯物干しの広げたアームに輪っかをつける、もしくは取る動作を繰り返します。期待できる効果は…①腕を動かし、高く持ち上げることで肩の可動域を広げ、腕の筋力強化につながります。②左右上下と色々な箇所のアームに輪っかをつけることで、姿勢を保つための立位バランス、脚や体幹の強化につながります。③また、自宅で実際に洗濯物を干すための直接的な動作になります。今回の方は、肩周囲の筋力を向上させて、関節の動きを拡げることを目的として行っています。運動後は「肩が楽になる」とおっしゃってください、運動の効果をご自身で実感していただくことで意欲的に取り組まれています！

このように、**日常の場面を想定した機能訓練**も取り入れながら、皆さんの身体機能向上を楽しみながら図っていきます！！



しっかり左腕を持ち上げて左肩や左腕の運動としても積極的に実施してもらっています！！

# ☆令和5年 8月の行事予定です☆

| 日  | 月                    | 火                    | 水                    | 木   | 金   | 土   |
|----|----------------------|----------------------|----------------------|---|---|---|
|    |                      | 1<br>体重測定<br>衣料販売    | 2<br>体重測定<br>すまいる市   | 3<br>体重測定   | 4<br>体重測定<br>カレー作り<br> | 5<br>体重測定   |
| 6  | 7<br>体重測定<br>介護相談員   | 8                    | 9<br>歌声広場            | 10<br>カラオケ<br> | 11<br>なないろ給食<br>とくし丸  | 12<br>ハーモニカ<br>ボランティア   |
| 13 | 14<br>健康麻雀           | 15<br>健康麻雀           | 16<br>やきとり<br>すまいる市  | 17<br>買い物外出   | 18<br>買い物外出   | 19<br>ケアハウス<br>歌おう会   |
| 20 | 21<br>散髪             | 22<br>散髪<br>夏祭り      | 23<br>散髪<br>夏祭り      | 24<br>散髪<br>演奏ボランティア  | 25<br>散髪<br>とくし丸<br>お誕生日週間  | 26<br>散髪<br><br>お誕生日週間 |
| 27 | 28<br>パン販売<br>お誕生日週間 | 29<br>喫茶外出<br>お誕生日週間 | 30<br>喫茶外出<br>お誕生日週間 | 31<br>お誕生日週間  |   |   |

## 歯科衛生士による口腔ケア



デイサービス虹では、歯科衛生士による専門的な口腔ケアを受けていただけます(口腔ケア加算として1割負担の方の場合1回150円程度必要です)。

適切な口腔ケアは口の中のトラブルを未然に防ぐだけでなく、歯周病菌などを飲み込むことで起こる「誤嚥性の肺炎」を防ぎ、最近では認知症の予防にもつながっているとされています。「健康な生活は健口から」。この機会にデイサービス虹の口腔ケアを受けてみませんか(^\_^♪

## 配膳のお手伝い



デイサービス虹の昼食準備は、生活リハビリの一環として利用者様にも手伝ってもらっています。実は自ら志願してくださる方も多い、人気の取り組みです。事前に話し合っ分量や盛り付け方を決めた後、慣れた手つきでどんどん盛り付けがなされていきます。三角巾とエプロンを纏った利用者様のお姿は「頼もしい」の一言。これからもよろしくお願いしますね(^\_^)/

(福) 近江ちいろば会【 ぼ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」