



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 近江ちいろば会

# 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⑨月号

## ネイルサロン虹



女性職員の考案でハンドネイルに挑戦しました。当日ネイルグッズを開けると女性利用者様たちは興味津々。磨かれてキレイに仕上がっていくご自身の爪を見て「キレイなもんやね～初めてネイルしたわ。」と、周りの方にもご披露して下さっていました。元気になって、キレイにもなれるデイサービス虹のネイルサロンでした。

## ゴーヤカーテンを食べる



暑い夏の日よけとして窓際に植えたゴーヤのもうひとつのお楽しみ。くる日もくる日も室内から観察し続けたゴーヤの実が、ようやくほどよい大きさになってきたので収穫して調理しました。今年初めて植えた「白いゴーヤ」は、はたしてどんな味なのか？想像を膨らませながら炒め物にしてみました。白いゴーヤはほんのりまろやかなお味でしたよ。

## 現在のお体の状態に合わせたトレーニングを実施中！！

この方は腕を負傷されたため、これまでおこなっていた歩行器を使った歩行訓練を一時停止しています。それでも、エアロバイクを使えば足腰の筋力を落とさないための運動が可能です。また腕が良くなれば、歩行訓練を再開しましょうね！！



この方はお箸を使って食べる動作がしにくくなっておられました。体幹筋力の衰えによって座っている姿勢が保持できにくくなっていた事と、腕を動かす機会の減少による疲労感の増大が原因でした。

そこで、お箸でお手玉を動かす運動を開始しました。予め姿勢を整えた状態でスタートし、背もたれに頼らずに動作を繰り返すことで体幹機能の向上と腕の筋力強化を図っています。

これからもご自身の方でごはんが食べられるように、しっかりと継続していきましょう。



# ☆令和5年 9月の行事予定です☆

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

## 図書コーナー



今回はデイサービス虹の図書コーナーをご紹介します。設置している本数はそう多くありませんが、定期的に本のラインナップを入れ替えて運営中(^\_^)♪  
新しい本が並ぶたびに、本棚の前で立ち読みをしながら本選びをされる姿も見られます。最近では男性のご利用者様も多くいらっしゃるの、車の本や腕時計の本、日本の歴史の本などが特に人気になっています。

## 夏祭り



今年もデイサービス虹の夏祭りを開催致しました。会場には射的やくじ引きなどのコーナーを設け、縁日のような雰囲気を出しました。おやつはたこ焼き・かき氷も大好評でした。普段はリハビリの先生も、この日は盛り上げ隊長(^\_^)/被り物をしてヤングマンを熱唱して会場を盛り上げてくれました。暑い夏をさらに熱くする虹の夏祭り、皆さん楽しんでいただけましたでしょうか!?

(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・インスタグラムもやってます」