#### 2025年 リハビリスラザ深野通信 10 月号

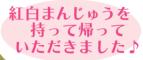
# 敬老の日表彰状・感謝状授与式

「敬老」とは、お年寄りを敬って大切にすることです。この日は、お 年寄りの長寿をお祝いし社会に貢献してきたことへの感謝を伝える日 とされています。

日頃から、リハビリや運動をがんばっているご利用者や、カラオケや 将棋等で優秀な成績を修めているご利用者を表彰し、積極的な姿勢

でデイのお手伝いをしてくれているご 利用者、またスタッフの癒しとなって いる方々に感謝状を贈らせていただき ました。

前に出てきていただき表彰状や感謝 状を手渡しました。少し緊張されたご 様子で照れたり、涙ぐまれたり、笑 顔が見られたりと... とても素敵な思 い出に残る式典でした。これからも 一緒にがんばっていきましょう♪ おめでとうございます♪















第6回 明治安田「大人の塗り絵コンクール」に参加しました! ☆ 毎年 5 月下旬~ 8 月下旬までが応募期間となっており、 10,000 点の中から入賞、入選作品が選ばれます。当施設は 10 名程のご利用者が参加しました。受賞者には豪華景品が 送られるそうです♪大人の塗り絵は、絵が苦手な人でも塗る フ━ ┃ 🧭 だけで完成度の高い作品が仕上がります。又塗り絵はどんな 色を塗るかを考えたり、塗り方を工夫したりする必要があるた め、脳を活性化することができ認知症予防にも効果的です。









#### デイセンター リハビリスラザ深野

大阪北第2営業所 〒574-0072 大東市深野5-3-22

●TEL 072-875-2525 (相談窓口:阪上)

ハートケアグループ デイサービスの ホームページは こちら!







#### 調理活動 ゴーヤとはすいものサラダ、 玉葱焼き、オムライスを作りました!



ゴーヤと玉葱とピーマンはデイの畑で 収穫したものです。とっても新鮮で美 味しかったです!ゴーヤを炒める以外 の調理方法をご利用者のご家族に教え ていただきました。また、はすいもは 高知県出身のご利用者から沢山いただ きました!ありがとうございます。



IADL とは日常生活動作(食事、入浴、排泄)以外の動作をいいます。例えば、調理や食器の片づけ、買い物や趣味活動などです。デイではご利用者個々に合わせて環境を整え、最小限のサポートで本人の能力を引き出し、成功体験へと導くよう取組んでいます。自立支援へのアプローチの1つで「できること」を少しずつでも増やし自信につなげ、活動性を高めています。





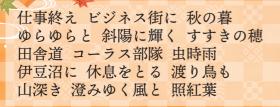
### 「フレイル」って知っていますか?

フレイルは加齢と共に体力や気力が低下した状態のことをいいます。身体面においては病気になりやすく、筋力が低下し足腰が弱くなり転倒しやすくなります。物忘れや気分の落ち込みが続くといった心理・認知的な問題もでてきます。

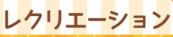
がんばっていっぱい

## 今月の俳句

食べましょう♪







## 風船バレー

普段、生活をする中で両手又は片手を上げる高さを考えた時に、肩の高さより上に手を上げることは少ないでしょう。 食事をする時や書き物をする時などはテーブルの高さまでで、 杖や手すりも肩より下にありますね。

バ<mark>レーボールはどうでしょう。 高く手が上がっていますね。 良いリハビリや</mark>運動に繋がっていますね♪



