

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♪



紅白まんじゅうを
持って帰って
いただきました♪



大人の塗り絵コンクール

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 リハビリプラザ深野

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。



生活リハビリ手段的 日常生活動作（IADL）の訓練

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り組んでいます。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。



レクリエーション 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。良いリハビリや運動に繋がっていますね♪



「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。

低栄養は体が健康を維持するために必要な栄養素が不足している状態を指します。適切な食事と栄養摂取が非常に重要です！しっかりと食べて体を動かすことで、今の生活を維持することができます！

がんばっていっぱい
食べましょう♪

今月の俳句

仕事終え ビジネス街に 秋の暮
ゆらゆらと 斜陽に輝く すすきの穂
田舎道 コーラス部隊 虫時雨
伊豆沼に 休息をとる 渡り鳥も
山深き 澄みゆく風と 照紅葉