

《 10月の誕生者 》

- ・有間 英子 さん
- ・末永 正徳 さん
- ・渡部 ヤイ子 さん

～ おめでとうございます ～



《 10月の予定 》

- ・体重測定 月初め
- ・誕生会 随時
- ・避難訓練 11日(月)火災想定
消防署立ち合いのもとに実施します。

《 10月の行事・運動会 》

*14日(木)～16日(土)
昔を思い出し運動会を行います。
何をするかは楽しみにして下さい。



《 10月のレク予定 》

- ・ボッチャ…パラリンピックの競技を参考に
上肢の運動を行います。
- ・輪投げ…昔を思い出し輪投げをし
上肢の運動をします。
- ・新聞相撲…新聞を使い下肢の運動をします。
- ・足で物送り…足を使いお隣の方に色々な物を
送っていきます。
- ・ピンポン玉入れ…ピンポン玉を使い玉入れをします。
- ・スプーン送り…スプーンを使い指先、
手の運動を行います。
- ・カレンダー制作…来月のカレンダーに色塗りや
物作りをします。

* 楽しく参加しましょう。 *

10月10日は「転倒予防の日」

自宅での転倒事故に注意しましょう

浴室・脱衣所

床が濡れて滑りやすくなっていたり、服を脱ぎ着するときにバランスを崩しやすいため、「床にマットを敷く」「座って脱ぎ着する」など、転倒しにくい工夫をしましょう。



庭・駐車場

庭や駐車場で作業をするときは無理をせず、踏み台は安定したものを使い、必要に応じて家族や友人などに頼るようにしましょう。

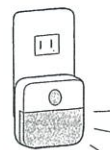


ベッド・布団

起きた直後は足に力が入らないこともあるため、少し足の運動をしてから立ち上がったたり、「足元灯」を設置して足元を見えやすくするなどの工夫をしましょう。

今は便利な足元灯が販売されています

コンセントに差し込むだけのタイプや、電池式の床に置くタイプなど、安価で購入できます。



しゃりん梅だより



10月号

令和3年10月1日発行

敬老会



「長年にわたり社会につくしてきた高齢者を敬愛し、長寿を祝う日」が敬老の日です。

しゃりん梅でもお祝い膳で皆さまの長寿と健康をお祝いし、レクリエーションの時間にはフラダンスを踊り、宝探しゲームをおこないました。宝探しは箱の中から色々なお菓子を探し出すというもので、皆さま両手を箱の中に入れてりと楽しめました。フラダンスは衣装をまとい参加される方もいらっしゃいました。

最後には職員によるお楽しみダンスを見ていただき、にぎやかな敬老会となりました。



～中学生の訪問がありました～



福祉体験学習ということで、原町第二、第三中学校の生徒さんが来られました。ご利用者さまと、敬老会の準備やレクリエーションを通じて交流をはかりご利用者の皆さまも大変喜ばれていました。

