

祝！カープV8！連覇達成

昨年に続き、今年もカープが優勝しました！頼もしい姿を見せてくれた選手にはたくさんの元気と勇気をもらいました。私たちもカープの強さにあやかって、日々のリハビリを頑張っていきましょう。

朝夕は涼しくなり、散歩が気持ち良い季節になりました。スポーツの秋、読書の秋、食欲の秋…。皆様はどのような秋を過ごされるのでしょうか。今月は紅葉の数を数えながら読んでみてください。

<デイケアでのひとコマ> 屋外歩行

気候が良くなってきた為、午後から屋外に出ています。病院周りを散歩したり近くのスーパーを散策してみたりと、色々なコースを歩いて足・腰を鍛えています。秋の澄んだ空気は気持ち良く、気分転換にもなります。



カレンダー作り

月末はカレンダー作りを行っています。自分で好きな柄を選んで、色塗りをしてもらっています。各利用者様の利用日には職員が付き添って丸付けをしています。毎朝カレンダーを見て日付の確認をしてみましょう。



「セラピストから身になる話」のコーナー

～ 夏バテ予防のストレッチ ～

天高い秋空がキレイになってきましたが、今年も残暑が厳しいようです。皆様、夏バテにはなっていないでしょうか？ 夏バテの原因は、①汗をかき過ぎた水分不足 ②食欲不振の栄養不足 ③温度差による自律神経の乱れなどとされています。予防・対策として、自分のペースで水分摂取を取りながらストレッチを行う事で自律神経の乱れを正常化できます。午後の集団体操でも取り入れますので、皆さんで乗り切りましょう！

～創作活動～ 「やっさ祭り」に出場しました

カープ坊や やっさダルマン



今年も花ぐるま作りへのご協力ありがとうございました。迫力ある花ぐるまと皆様の応援のおかげで、今年はデイケアの職員がベストスマイル賞を取ることができました。来年こそは優勝目指して頑張りますので、是非見に来てください！

完成品です！

折り紙教室



利用者様が講師となって、他利用者様に折り紙を教えてくださいました。8月は立体的な壁飾りを作りました。休憩時間も自主的に集まって熱心に作品を作られていました。



新規スタッフ紹介

三浦 里絵 (介護福祉士)



好きな食べ物：お寿司

趣味：手芸

一言：デイケアでの仕事は初めてです。至らない所もありますが頑張りますので暖かく見守ってください！



<編集者後記>

私達の元気の源、カープが優勝しましたね！今年も息子も一緒に応援することができました。まだはっきりと言葉が発音できないのですが、一生懸命「パープ！パープ！」と元気な声援を送っていました。最近は何でも「いいよ」と答えてくれる息子。夜、寝付けず遊んでいたのが「お化けが来て連れて行かれてもいいの？」と聞くと笑顔で「いいよ」と言っていました（笑）誰にでも付いて行かないようにしっかりと手を握っておかないと…と苦笑いをした母でした(^_^;)