

宮前ふれあいの家 認知症対応型通所介護

宮前ふれあいの家 [優っくりデイサービス]
 TEL 03-3335-8161
 FAX 03-3335-8162
 住所 杉並区宮前5-17-15
 Eメール miyamae-day@foryou.or.jp



優っくりデイサービス

優っくり宮前

平成27年11月号

miyamae.foryou.or.jp



随時情報発信中!



優っくりデイサービス、今月のトピックス



今月は「宮前大運動会」を開催しました。

秋と言えばスポーツの秋! という事で、優っくりデイでも「優っくりデイ大運動会」を行いました。ご利用者様の選手宣誓から始まり、準備体操、玉入れや棒引き、みなさん、自分のチームが勝利出来るように掛け声や身振り手振りで応援していました。その中でも、一番盛り上がったのは『パン食い競争』です。どちらのチームも笑顔が溢れ、パンを一生懸命に咥えようと頑張っていました。中には手を使う方もいらっしゃいましたが、それはご愛嬌。職員も一緒になって楽しい時間を過ごさせて頂きました。

●日々のご様子



先月からご利用者様と一緒に作り上げてきた『お神輿』ついに完成しました。…と言う事で先日、優っくりデイでは、『秋祭り』を開催。お披露目を兼ねて、デイサービスの中をお神輿を担ぎ練り歩きました。色々な方から「すごくきれい」や「自分たちも使いたい」といったお声をいただき、ご利用者様と一緒に、頑張ってお神輿を作ったかがありました。『お神輿』はこれからも毎年この時期にお披露目できればと思っております。

●優っくりデイだから出来ること



優っくりデイでは日当たりの良いベランダがあるので、そこを活用してプランターで野菜や草花を育てて季節を楽しんでいます。露口ドライバーがガーデニングアドバイザーとなり、一人ひとり種や苗を植え、これまでに枝豆・朝顔・コスモスなど育てました。枝豆は漬けてずんだにしたり、一部乾燥させたので、これからきな粉にしてみんなで頂こうと思っています。今はじゃがいもを育てているので、みんなで収穫を楽しみにしています。

●専門職からのワンポイントアドバイス



第二回睡眠について…現在、成人の5人に1人が不眠の症状があると言われて、高齢になると3人に1人にもなります。今回は快適な睡眠を得る方法をいくつかご紹介します。①寝る前に適温のお風呂に入る ②寝る90分前に軽い運動をする ③太陽の日差しを浴びる ④夜は強い光を避ける など。このようなことを心掛けて、心地いい睡眠を得て、日々元気に過ごしましょう。

優っくりデイサービス 空き情報 10月現在

認知デイ(可能枠数)

月	火	水	木	金	土
2名	2名	2名	3名	1名	1名

入浴(可能枠数)

月	火	水	木	金	土
△	△	△	△	×	△

(○: 余裕あり △: 残りわずか) ※入浴方法・回数等はお相談ください。

(10月15日現在)



夕食サービスを実施しております。是非ご利用ください！(詳細はお電話でも承ります。)

ご利用可能な曜日は、送迎ルートのご都合上、お住まいの場所によって変わります。

11月のカレンダー



今月はカラスウリと赤ワインです。なんとこのカラスウリ、ふれあいの家の駐輪場に沢山実らせています。赤や黄の可愛いカラスウリ。ぜひご覧ください。



優っくり写真館(日々のご様子をご紹介します)



編集後記

今月は、スポーツの秋ということで、運動会をメインに掲載させて頂きました。これからも、絵手紙やドライブ、調理やコーラスなど様々なイベントでご利用者様をおもてなし出来ればと思っております。



優っくりデイサービスでは、ホームページでもご利用者の様子をお伝えしています。
「宮前ふれあいの家 認知」で検索！
新規のご利用者様も募集中です！

