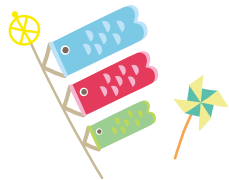


# すこやか だより

2019  
5月号



5月に入り、桜も満開！新しい時代も無事に幕を開け「令和」も生サービスセンターすこやかは元気いっぱいです！あたたかい日も続き、5月なのに 30℃を超える日もありました。熱中症対策をしっかりとしながら、初夏を存分に楽しんでいきたいと思います。今月もたくさんの活動を通じてみなさまの笑顔をとくさん見ることができました。



紹介していいのかな？  
いけない大人の…シリーズ。  
ひそかに人気のこのアンビ



サイコロを一個使い出る目を当てました。4色に塗った円盤を回し勝負しました。どちらが一番損をしたのは…？

## 機能訓練

菅原先生・三神看護師による立位体操



立ったままで行う体操です。手をあげたり、足をあげたりします。筋肉やバランス感覚を刺激します。利用者様全員に対し個別昨日訓練プログラムを作成、作業療法士や看護師などの指導のもとでプログラムを消化していきます。

## 創作活動・役割活動

細く切った色紙を巻いて作る紙ビーズでツツジや糸で繫いで藤の花を作ったり、季節に合ったものを製作中です。洗濯物たたみ等の役割活動も手早く手際よく・・・



## 5月のレク

毎月楽しいレクリエーション

手を使って、足を使って、頭を使って！今月も大爆笑！



ぎりぎりに寄せて！

テーブルから落とさず端に狙いを定め、ぎりぎりに寄せて止めます。ちょっとした力加減に皆様四苦八苦しながらも大笑い！

自分側の色になるように、片手でひたすらひっくり返していきます。自分の色を間違えたり、つつい両手を使ったり。集中力がが必要です！



赤白パタパタひっくり返して！

## 足で輪投げ！



足で輪投げをしました。床に置いたプラボウルがひっくり返ったら得点になります。思ったように飛ばなくて、せっかく当たってもぐるりと一回転して元に戻ったり。集中して真剣そのものでした。

# デイサービス 空き状況

火曜日

1名

男性が多く比較的落ち着いた雰囲気です。

水曜日

1名

活動的な方が多く賑やかな雰囲気です。

木曜日

3名

穏やかな大人の女子会のような雰囲気です。

## 交流会

『卓球交流会』『みんなで作ろう楽しいランチ』『映画鑑賞』交流会を5月18日(土)に行いました。まずは、みんなで一緒に体操を行いおなかを減らしたところで・・・調理開始です。【焼きそば】【お好み焼き】【チャーハン】テーブルごとに担当しました。



「これ仕事で作ってたの!」「家は昨日作った。」「お宅ではそう切るのね。」「塩コショウ取って!」「つまみ食いしないの!」と大騒ぎして大笑い。



昼食後は、ボランティアさんが超大判の紙芝居を持参され参加してくださいました。「70年ぶりに見るわぁ」「私の子供のころは戦時中だったからそれどころじゃなかったの」といろいろな声。

映画鑑賞はドリフターズのドタバタ劇を上映しました。そして・・・卓球ゲームです。初めての方、苦手の方には・・・卓球療法士による手ほどきと手助けがあり安心・安全に楽しめます。



おたんじょうび

5月



HAPPY BIRTHDAY



デイサービスセンターすこやかは、「明るく笑いの多いデイサービス」「役割が持てるデイサービス」を心がけております。みなさまの大切な1日が「楽しかった」と喜んでいただける充実した1日になるよう日々、努力しております。



交流会参加ご希望の方は、近藤までお声かけください。



デイサービスセンター  
すこやか

お問合せ

011-668-1155

相談員 近藤

## 6月の交流会

6月15日(土)

### 初夏の小樽を楽しもう

行き先は小樽旧青山別邸の牡丹・芍薬祭りに見に行きます。帰路は小樽市内観光、運河巡りをする予定です。

おたのしみに