

今年の運動会も大変盛り上がりしました。競技に入ると、真剣そのもので、普段見慣れないような動きに、「こんなに早く動けたんだ」と、驚かされました。本当に楽しい時間でした。



職員による大道芸、踊り楽しんでもらえましたか？練習では、うまく出来たのですが…やっぱり緊張しますね！昔懐かしい、けん玉から、現代のおもちゃを使用し体験して頂きました。少しの間、子供のような表情でしたよ。

挑戦！  **失敗！**




握りたてのお寿司を食べよう！

どんどん握られていくお寿司たちに感激！「うまいもんだねえ〜」と驚き、美味しく頂きました。



お知らせ
 いよいよインフルエンザの流行期です。早めの予防接種、うがい等の予防を心掛けてください。また、体調不良などで、デイサービスを休まれる際にスタッフが症状など、お尋ねする場合がありますが、ご了承ください。集団感染等を防止する為、施設全体で努力いたしますので、ご協力をお願い致します。

NEW  **なるほど黒板君**

「閉じこもり」は認知症の第一歩
 足が不自由になるなどして、外出が困難となるケースもあれば、とりたてて体に支障がないにもかかわらず、だんだん社会性を失ってしまう場合もあります。「閉じこもり」から寝たきり、認知症へと移行することは少なくありません。おもな原因は下の通り。思い当たるものはありますか？

- ★ 閉じこもりを防ごう！（原因タイプ別） ★
- ① 歩行困難がある、または目や耳が不自由
 車椅子や補聴器など、障害をケアサポートする器具を購入し、地域社会と交流が図れるようにしましょう。
 - ② 失禁などが見られる
 不安で出掛けにくくなる人も、尿取りパッドなど、さりげなく進めてみては。
 - ③ 見当識障害や、その他認知症状がある
 認知症の一症状である、見当識障害に陥ると、方向感覚を失ってしまうことがあります。また、認知症の為、うつ状態になったり、他人との交流に興味をなくすことも。デイサービスなど定期的に外出の日を作りましょう。
 - ④ 玄関に段差があるなど、自宅の構造に問題がある
 介護保険を使ってリフォームをしましょう。手すりをつけ、段差を解消するだけでも、ずっと出かけやすくなりますね。
- ※認知症や寝たきりになってから、リハビリをするのは大変！最寄の介護支援センターや、かかりつけの医師に相談し、早めにライフスタイルの改善を図りましょう。