

# 輝くろべ通信

発行

とやま生活協同組合  
とやま生協 輝くろべ  
〒938-0035

黒部市牧野750-1  
☎0765-33-4515

肌に触れる風もだんだんと冷たくなり、晩秋の気配が感じられるようになりました。これからの季節は、気温の低下もありますが、空気の乾燥によりウイルスが活発になる季節です。朝起きたら喉がイガイガするなんてこともありますね。加湿器を活用するなどして、湿度は40%~60%に保つのが良いとされています。温度ばかりに目が向きがちな冬ですが、湿度も気にしてみるといいかもしれません。

今月は秋の運動会を行いました。輝くろべでの運動会も今年で7回目を迎えます。頭にははちまきをして紅白対決です！かりもの競争や、ボーリング、玉投げなど、普段はあまり行わないゲームに取り組んでいただき、たくさんの笑顔と刺激のある一日になりました。その日に泊まれた利用者様は、夜はよく眠っておられました。

11月は紅葉シーズンなので、宇奈月方面にドライブを予定しています。雪が降り始めれば、なかなか外出ができなくなります。令和4年の秋を利用者様と一緒に思いっきり楽しめたらと思っています。

## 運動会



選手宣誓～



気合はいっています！！



お誕生日おめでとうございます！



## 誕生日会



## 折り紙教室

ボー



今年も借り物競争はアフロでした(笑)



みんなで輪になって棒体操！！



教え合いっこです😊



ボールを転がしてパス



※利用者のプライバシーに配慮し一部ぼかしを入れていることがあります

# 2022年11月のカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5 東部センター祭り
6	7	8	9	10	11	12
13	14 ライフクッキング (お好み焼き)	15	16	17	18	19 折り紙教室
20	21	22	23 鍋パーティー	24	25	26 誕生日会
27		29	30			



**ボランティア募集のお知らせ** お気軽にお越しください 問い合わせ:0765-33-4515  
 ■お話相手(リモート可) ■読み聞かせ、踊りや演奏、マジックなどの発表や簡単な習い事(習字・絵・体操)

**生協10の基本ケア**  
 ふだんの暮らし、そのままに。

— 生協がたいせつにしている介護 —

その1 尊厳を護る    その2 自立を支援    その3 在宅を支援



とやま生協では、利用者さんが楽しく生き生きと在宅生活を送れるように支援するため「生協10の基本ケア」に取り組んでいます。

10月は、ご近所で以前利用しておられた方の娘さんから柿を頂き、干し柿作りをしました。普段、自宅では包丁を持つ機会がない利用者様でも、昔取った杵柄で、スイスイと柿を剥いておられました。たくさんの柿を頂いたのですが、皮をむき、紐で縛り、熱湯に浸け、吊ると、たくさんの作業がありますが、あっという間に仕上がったのもみなさんのおかげです。試食会では、みなさんととてもいい笑顔で召し上がっておられました◎認知症の方でも、若いころ経験されたことは体で覚えておられることが多いです。安全に行えるように見守りつつ、その方の出来ることを少しでもしていただき、輝くろべが心地よい居場所になればと思います。「生協10の基本ケア」で生活リハビリを行っているからこそ、ご本人らしさを引き出すことができますね。