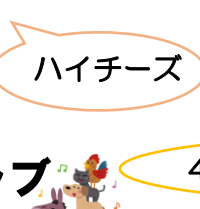


初夏の季節となりました。木々の緑が日ごとに濃さを増しているように感じます。暑い日が続いたかと思ったら、冷たい雨が降り始めたりと、寒暖差が激しい時期ですので、お体を大切にお過ごしください。5月8日より新型コロナウイルスも5類へ移行されることとなり、以前に比べると生活しやすくなってきます。利用者様や職員の安全を最優先に考え、引き続きマスク着用のご協力をお願い致します。

4月は絵手紙教室や脳トレクラブ、カレー作り、誕生日会をおこないました。絵手紙教室は、利用者様のご家族が講師になってくださり、季節ごとに開催しています。4月はチューリップや兜、鯉のぼりなど、好きな題材を選んでいただき、筆を使って描きました。絵手紙と一緒に素敵な笑顔の写真がたくさん撮れました。脳トレ教室は、黒部の脳トレクラブの方々にボランティアで毎月開催していただいています。みなさん一生懸命に歌いながら手足を動かしたり、脳トレ問題に取り組んだりしておられました。毎月恒例のカレーの日では、夢中になって、野菜の皮むきや包丁で材料を切ってくださいました。最近では調理をすることがない方でも、昔取った杵柄で、包丁を器用に使い、ジャガイモの皮むきまでおこなう方もおられ、さすが主婦というかんじです。5月はたこ焼きのおやつクッキングを予定しています。お楽しみに！！

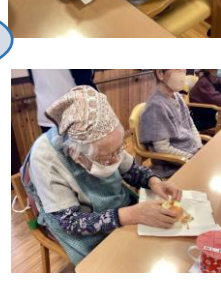
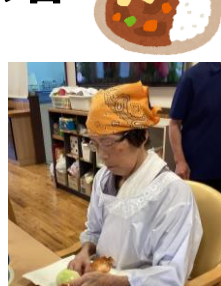
絵手紙教室



脳トレクラブ



カレーの日



おいしくな
〜れ♪

昔取った杵柄！

仲良しの二人で
す！！

ハイチーズ

4月の誕生日おめでとうございます！

誕生日会



体操
頑張るぞ！



2023年5月のカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15 誕生日会	16	17	18	19 折り紙教室	20
21	22 脳トレ クラブ	23	24 おやつクッキング (たこ焼き)	25	26 	27 
28	29 カレーの日	30	31			



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

■お話し相手(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 ～床に足をつけて椅子に座る～

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、利用者様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。生協10の基本ケアに第2章「床に足をつけて座る」という項目があります。一人一人に合った椅子に座り、前傾姿勢を保持することで、自ずと下肢筋力の低下予防となり、さらには強化されます。また、自分にあった椅子に座ることは立ち上がりやすくなるもなります。このような正しい姿勢を継続することで、美味しく食事をする事ができ、トイレで排泄することが可能になることにも繋がります。2月からご利用されている方で、右足が不自由な方がおられます。今でも移動は車椅子ですが、必ず正しい座位に座り替えていただいています。退院直後は、少しの時間でも椅子に座っていることが難しかったのですが、毎日の積み重ねの成果が見られ、今では洗濯物を畳んだり、カレー作りの日には野菜の皮むきをしたりと、日中の大半をフロアで、他の利用者様と楽しく過ごしておられます。本人様もトイレでの立ち上がりがスムーズになったりと実感しておられます。

少しずつでもご自身でできることが増えることで、生きがいに繋がるのではないかと思います。

