

)紙ふうせん偏



矢崎総業 経営企画室ヤザキケアセンター紙ふうせん 2021/9/1 発行

* グループホーム *

~スイカ割り大会~

毎日暑い日が続いていますが、利用者様 は元気いっぱい過ごしています。今回 は、夏の風物詩『スイカ割り』を行いま した。目隠し代わりにカッコいいサング ラスをかけ、麦わら帽子を被ったら、も う気分は常夏の楽園です。





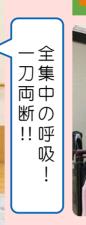


スタッフの誘導を頼りに、

思い切り棒を振りかぶっ

拍手喝采!!まだまだスタッフ の力は不要。その後みんなで 美味しくいただきました♡

て・・・エイッ!







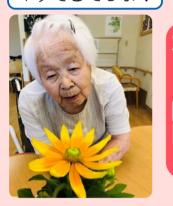
赤お ち散 や歩 ωΦ ヤの Ŧ

お見 手 玉み 披て





イケてるでしょ?



若腕 いが 人こ にん はな 負に け上 まが せり んま







* 居宅介護支援

天候の変化によって起こる"気象病"について

季節の変わり目や台風の多い季節になると体調不良になる人がいます。多くの人は一時的な頭痛やめまい、だるさなどの 症状ですが、中には気管支炎や関節リウマチの悪化や自律神経失調症などを引き起こすことがあります。

気象病は天候の変化(気圧と気温の変化)によって引き起こされます。

気圧の急激な低下(変化)によって体にかかる圧力も低下するため、体内で生じている圧力の方が高い状態になることで 頭痛やめまい、動悸などの症状が起こります。

気温の急激な変化も自律神経のはたらきを乱す原因になります。低温では血管が収縮するため血行が悪くなり、肩や首が 凝りやすくなります。また、平衡感覚をつかさどる内耳の血流が低下するとめまいや耳鳴りなどが起こることがあります。

①天候と体調の記録をつけて関連性を把握して体調管理を行う

②気圧の変化を事前に 予測するアプリを使用して、仕事を調整したり薬の準備をしたりする

③ストレスや疲れ、睡眠不足を避ける

④1日3食を決まった時間に食べる

(ビタミン、亜鉛、マグネシウム、鉄は自律神経を整えるのに役立つ)

⑤アロマテラピーやハーブティー

⑥適度な運動を心がける ⑦医師に相談



脳トレの答え ①写 ②竹 ③承

防

お気軽にご相談ください ヤザキケアセンター紙ふうせん TEL 055-965-0633



矢崎にお勤めの方に関係なく ご利用になれます。 見学も随時受け付けております。





機能訓練デイサービス

夏★到来!!

紙ふうせんの中庭では、毎日蝉の大合唱が繰 り広げられています。利用者様と植えたひま わりやケイトウも元気に花を咲かせ、今年仲 間入りしたメダカも元気よく泳いでいます。





壁に大輪のひまわりが完成



睡蓮が開花 しました 🐪



な気 ?温

は





■▲手先の機能訓練

楽しみながら、指先の細かい作業を通じて脳の働きを活性化。





こみんなでストレッチ



つ吸

* コミュニティサロン *

新型コロナウイルス感染症の拡大が止まらず、静岡県でも2回目の緊急事態 宣言が発出されました。サロンの開催は、ボランティアさんの受け入れが可能 になり次第、再開させていただく予定です。ご理解の程よろしくお願いいたし ます。皆様にお会いできる日を楽しみにしております。

□に入る漢字一字は何でしょう?

問 1. 複 模 本 真

問 2. 爆 割 槍 刀

問 3. 継 諾 了 知

* デイサービス *

芝刈りのお手入れをお手伝い

働き者の利用者さんが芝刈りのお手伝いをしてくだ さいました。太陽を浴びながら、汗をかきかき一生 懸命頑張ってくださり、綺麗なグリーンの絨毯にな りました。







東京オリンピック記念メニュー



選手村の食堂で実際に 提供されたメニュー

〈福島県いわき市の郷土料理〉

姫路城の大作が完成☆







お誕生日おめでとうございます!



紙ふうせんにこれからも元気にいらして くださいね♪

Y-city では、 はるかちゃんのひまわり絆プロジェクト の向日葵が咲いています。

平成7年1月17日大きな地震が神戸を襲い 🎒 ました。木造の建物は、2 階部分から崩れ落

ち、1階は完全に押しつぶされてしまいました。はるかちゃ んはガレキの下から発見されたのは、地震発生から7時間後 でした。震災から半年後、はるかちゃんの家があった空き地。 はるかちゃんの遺体を発見した場所には驚いたことに無数 の向日葵の花が力強く太陽に向かって咲いたそうです。お母 さんは向日葵を見て、「娘が向日葵になって帰ってきた」と涙 し話したそうです。はるかちゃんの同級生の親御さんがはる ・がんばっぺ飯(カツオの揚げびたし) かちゃんを助け出せなかった悔しい思いから、"はるかのひ ・白和え・トマトジュース・かき玉汁 まわり"を全国へ普及させる活動を始めたそうです。



9月の 行事予定 (9日 13日 22日 28日)YYY 体操ボランティア JOT (13日~17日)機能訓練デイサービス 敬老週間

16日 フラダンスボランティア ケ・カイマルフラサークル (15日 16日 17日) デイサービス 敬老会

17日 音楽ボランティア サックス演奏 20日 グループホーム 敬老会