

炭アート



希望者を募り、木炭に色を塗ったり、飾りを付けて独自の作品を作り、持ち帰っていただきました。

色々な発想に職員も勉強になります。



担当した職員より・・・
他の方の作品を見ながらも
「私のが1番すてき」と
出来上がりを見る笑顔が印象的でした



第11回 家族交流会

今年は初めて、お口の専門家、歯科衛生士、音楽療法士、言語聴覚士の3名で構成された、健康啓発劇団「だしまきたまご」に来ていただき専門的な意見を聞かせていただきました。



最近よくむせる。口が乾く。食べこぼしがある。自分の唾液でむせる。活舌が悪いなど、お口の衰えを「オーラルフレイル」と言い、そのままにしていると、誤嚥性肺炎を起こすリスクが高くなります。加齢と共に口腔機能も衰える。早めに対応し、元気な状態に戻す。早期発見、早期治療を行いましょうという事で、体操などを教えていただきました。

デイサービスでも昼食前に実施しています「あ・い・う・べ」体操。毎日行うことで、認知症予防、味覚アップ。頬の筋力がアップし小顔効果、美肌効果、バランス感覚もよくなると期待されています。

参加者からも夜に義歯を外して寝た方がいいのか、付けたまま寝てもいいのかとか、歯医者に行く頻度、言葉が出にくくなってきている。痰をよく吐いて困るなど相談いただき、回答して頂きました。食べること、話すことは生活の中で重要な行為、早めに治療し、最後まで自分の歯でおいしく食べられると嬉しいですね。

その後、懇談会を行いました。

デイサービスで食べているお菓子が糖質ゼロで美味しいと言うので、絶対に今日聞いて来いと言われてきましたとか、最近ふらついていて心配です等など。デイサービスでは見られない、自宅だけの顔もあり、楽しく懇談させていただきました。また、独居なので今後ごみ捨てなど出来ないことが増えてくるのが心配ですという意見もいただきました。担当のケアマネジャーとも相談し少しでも生活の悩みを軽くできるよう努めていきたいと思ひます。



＜感想：一部紹介＞

- ・母だけでなく、自分も衰えてくるので今日習ったことを実行しようと思ひました。
- ・我が家の母も高齢ではありますが、元気いっぱい頑張っていますので、まだまだ介護は続きます。デイサービスや、ショートステイを利用させて頂き助けをもらいながら我が家で続けていきたいです。
- ・皆さんの温かい人柄にふれることで、楽しく過ごしているのだろうと想像ができます。食事いつも美味しいと言っています。「休みたい」と言ったこともなく感謝しています。出来ないことが増えてきて大変ですがこれからも頑張ります。
- ・介護者同士で話しが沢山できてスッキリしました。

*来年も家族交流会開催を予定しています。
この内容について詳しく知りたい。この内容なら行ってみようかな?と思われることがありましたら気軽に帳面などでもお知らせください。(おむつの当て方、服薬管理等)



アミリンピック開催

盛り上がりました パリオリンピック！

丹後の選手も頑張る中でこれは一緒に戦うしかない！！
デイサービスの皆様も一緒に競技 盛り上がりました！！

バスケットボール
スリーポイント
シュート




バレーボール
ラリーでつないで～




OLYMPICS



主食はやっぱり米ですが・・・
エスカベージュやラタトゥイユ！？



レスリング
男女混合？！





ランチ
タイム
お昼ご飯も
フランス料理




丹後緑風高等学校の
ボランティア部の
生徒さんがお手伝い
に来て下さいました



陸上競技
最後はやっぱり
全員リレー


