



第21号

2021年. 12月

デイサービスセンター 美郷 通信

のびのび



2021年も残り1カ月となりました。「三密」「おうち時間」「アマビエ」「無観客」「withコロナ時代」などコロナに関する言葉を、どれほど聞いたでしょうか。そのような中、自粛や休止をせざるを得ない状況下で、みなさんの笑顔はかけがえのないものでした。新型コロナウイルスだけでなく、冬にかけてインフルエンザやノロウイルスなどの感染症が流行りやすくなります。来年も引き続き、穏やかな笑顔が見られるように健康管理・安全対策には十分気を付けながら、楽しい時間を過ごしていただけるよう創意工夫をしていきたいと思えます。本年もご協力いただき、誠にありがとうございました。



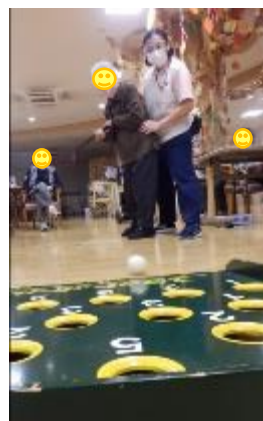
ゲームの紹介



スカッ!とボール



スティックでボールを打ち、的となる台の穴にボールを入れ、入った穴の点数を競うというシンプルなルールのゲームです。穴の周辺には特殊なカーブがあるので、入りそうで入らないことも多く、見ている人も一緒になってボールの行方を追っていました。強く打っても入らず、弱くても届かずと力加減が難しく、ボールが真っすぐ転がるよう狙いを定めてスティックに当てるといった協調運動の練習になります。また、腕を振る、身体をひねる、足を踏ん張るなどの動作が全身運動になり、バランスの訓練にもなります。





「美郷デイの一日」の例

(半日のご利用もできます)

運動や活動を自分で選ぶ

集団での体操だけでなく、個人での歩行練習や生活動作の練習、マッサージ機器の使用、脳トレ、四季折々の作業活動、趣味活動(書道、歌、刺繍など)の中から、自分に合った運動や活動する機会を選んでいただけます。

9:00



お迎え

看護師によるバイタルチェック

10:00



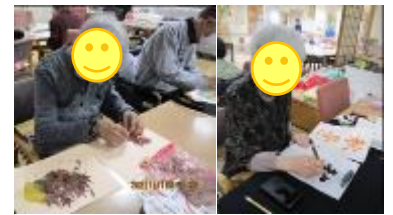
ラジオ体操

入浴

運動・活動



個浴や機械浴も必要に応じて使用します。



集中して何かを行う時間は脳を活性化させます。

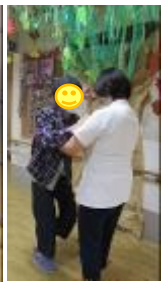
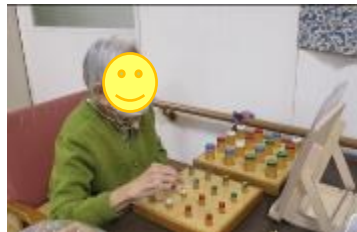
12:00



口腔体操

昼食

喫茶



リズム体操

レクリエーション

楽しく動こう♪



見本を見ながら並べることで指や頭の体操になります。



おやつ

お送り

15:30



デイサービスでは1日体験を行っています。(送迎付き)

入浴・食事・活動などは曜日により違いがありますのでお問い合わせください。

費用：760円(お昼+おやつ代) お気軽にご連絡ください。

☎ 072-866-7007

デイサービスセンター美郷 (月~土 9~17時)