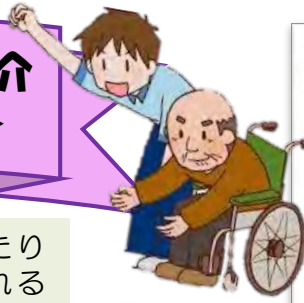


茶の花通信

令和 5年 7・8月号
社会福祉法人丹南厚生会
やすらぎ園デイサービスセンター
TEL. 079 (594) 3333
FAX. 079 (594) 0909

レクリエーション紹介 《コロコロ的入れ》

紅白の玉を使い、交互に投げたり蹴ったりし、白い枠の中に入れるゲームです。
手を使う時は上半身の前屈の運動になり、足を使う時は転倒予防の運動になる、楽しみながら自然に運動ができるレクリエーションです。



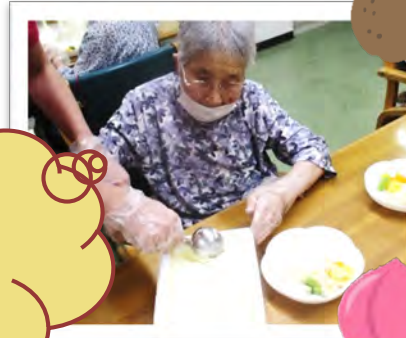
また、集団レクリエーションには、楽しく運動という目的もありますが、その他に大声で笑っていただくことで気分を上げていただいたり、利用者様同士協力することで交流が図れたり、いろいろなメリットがあります。

個別レクでは、脳トシヤ裁縫・塗り絵・五目並べ等、取り組まれています。



おやつ作り

6月は小倉ホットケーキを作っていただし、7月はアイスクリームパフェ作りに挑戦していただきました。



ティッシャーを使ってアイスを取り分けるのが難しかったですよね



8月31日は、8(や)3(さ)1(い)で、野菜の日です。野菜に多く含まれている食物繊維は便秘の改善や生活習慣病の予防などの効果があります。高齢になると噛む力や飲み込む力が弱まって食べにくくなりますので、ゆでる・蒸すなどの工夫をして、食べやすくすることもおすすめです。



9・10月の行事予定

- 理 髪 日…9月1・5・19・28日
10月3・9・17・26日
- お誕生日会…9月25～30日
10月23～28日
- 敬老週間…9月18～23日
- おやつ作り…月1回

メニューはお楽しみ♥