

# ひだまり

2011  
冬号

デイサービスセンター寿光園 情報誌

第2号



デイサービス 忘年会  
恒例！餅つき大会

「せーのっ、  
よいしょ！」  
かけ声に合わせて、  
力を込めてつき  
ました。

## インフルエンザにご注意・・・

みなさん、インフルエンザはご存知ですか？

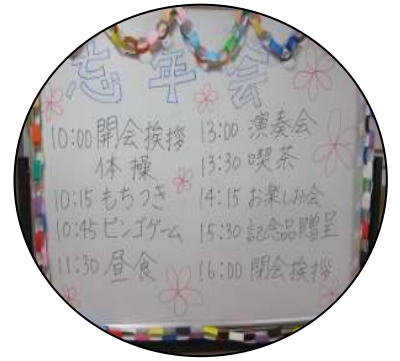
インフルエンザウィルスの感染でおこる病気で、感染力が強くまた感染する速度も速いので、学校などでも大流行します。現に市内の小・中学校では感染が広まり、学級閉鎖している学校も少なくありません。せき・くしゃみ・鼻水によって感染しますので、マスクなどの着用は必須です。潜伏期も1～2日と短く、典型的な症状としては悪寒・高熱（38℃以上）・くしゃみ・鼻水・せき・のどの痛み・筋肉痛・下痢・嘔吐などが急激に出現します。もちろん症状が軽い場合もありますが、症状が出た場合は早めに医師に相談しましょう。

予防のためには手洗い・うがいを必ず行ってくださいね！



## ●忘年会 実施しました

去る平成22年12月15日（水）に、デイサービスセンター 寿光園の利用者忘年会を実施いたしました。当日は、午前中は餅つき大会、午後からはボランティアさんによる三線の演奏や喫茶店、職員による余興など盛りだくさんの1日でした。



恒例となった餅つきでは、皆さんの力強い迫力のある杵うちで、1年をふっ飛ばしました。昼食はお寿司（うなぎ・えび・マグロ・はまち・サーモンから2こ選択）と一人鍋、茶碗蒸しを用意させていただきました。

お腹がふくれたあとは心和む三線の音色で心をリフレッシュ。沖縄音楽は温かい気持ちにさせてくれました。とは言え花より団子、音楽が終わればまたまた食欲がわき喫茶店を開催するとみなさん昼食後とは思えぬ食欲を見せていただきました。



喫茶店のメニューは、食べ物部門がたこ焼き・たい焼き・ぜんざい・スイートポテト、飲み物部門はコーヒー・ミックスジュース・生姜湯・梅昆布茶・ポカリスエットを用意させていただきました。お一人様3品の制約の中で、輝かしく売り上げナンバー1になったのは、食べ物部門がたこ焼き（26食）、飲み物部門ではミックスジュース（22杯）と、どちらも断トツの第1位でした。



本当にお腹が満たされた後は、腹筋を使っていただくべく職員の余興が始まります。内容は、このページ掲載の写真にてご想像ください（^^）/ 最後は、記念品であるカレンダーをお配りし、お開きとさせていただきます。みなさん、新たな気持ちで新年を迎えることができましたか？



# 個別機能訓練について

ご利用者の方にはすでに実施しておりますのでご存知かと思いますが、今回は個別機能訓練（リハビリテーション）についてご紹介させていただきます。

みなさん“リハビリ”というと、病院などで理学療法士や作業療法士の先生に指導していただく医療サービスで行われるリハビリテーションを想像されると思いますが、実は介護サービスでもリハビリテーション（個別機能訓練）を受けることができます。訓練の内容に定めはなく、また介護サービスの場合は絶対に医師の指示がないと行えないわけではありませんので、各デイサービスセンターによって訓練メニューは様々です。



寿光園では本人さんの心身状況とご希望に合わせて、まず個別機能訓練の計画書を作成させていただき、そのメニューに沿って利用日ごとに実施していきます。もちろんその内容や実施方法等は事前にお知らせいたします。

具体的な訓練内容には、例えば歩行運動であれば足踏み運動や室内歩行訓練・屋外歩行訓練・平行棒内歩行訓練などを実施、また上肢運動であれば肩関節可動域訓練・腕力強化訓練・腹筋背筋強化訓練など、下肢運動であれば踏み台昇降や脚力強化訓練・下腿筋強化訓練・椅子からの立ち上がり訓練などを実施します。もちろん歩行等が難しいご利用者さまには、手指運動として洗濯バサミ摘みや手指リハビリ・握力強化・血行促進運動などを実施、また口の体操や嚥下体操・早口言葉なども実施しております。



リハビリテーションとは、病気などによって機能しなくなったその機能を回復させることが目的ですから、専門の訓練士や機材がないとできないものばかりではありません。生活の中からできるリハビリテーションもたくさんありますので、是非一度寿光園の個別機能訓練を体験してみてください。



## 鍋週間

1月24日（月）から29日（土）までの1週間を鍋週間とし、すき焼き・よせ鍋・味噌ちゃんこから1種類選んでいただき、召し上がっていただきました。お味はいかがでしたか???



## 節分

突然、デイサービスに鬼が・・・どこの星からやってきたのか、身元不明の鬼め、どこかへ行ってしまえ！

さあ、みなさん一緒に『鬼はそと～ 福はうち～』しゅといぞ、この鬼め！！『鬼はそと～ 福はうち～』



## ●デイサービス空き情報

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
若干 空きあり	空きあり	空きあり	空きあり	若干 空きあり	空きあり

※特に、火曜日・木曜日・土曜日の一般浴（午後から実施）につきましては、かなり余裕がありますので、是非ご相談ください。（担当：古賀）

## ●行事予定

平成23年4月13日（水）に花見会を予定しております。場所は、信貴観光ホテルです。皆さんの心身機能の改善・活性化を目的に、外出行事に参加していただき、運動はもちろんお花を見て季節を感じていただいたり、お土産を買ったりと、心も身体もリフレッシュしていただきます。ぜひたくさんの方のご参加を、お待ちしております。



## お知らせ

### まだまだ募集中！！

デイサービスリニューアルオープンを機に、数人のご利用者さまのご紹介をいただきました。ありがとうございました。しかし、まだまだ利用していただける枠が残っておりますので、引き続きご利用者さま大募集です！！『ご近所の方で、デイサービスに興味をお持ちの方』や『具体的に利用を検討されている方』などなど、お気軽にご相談ください。体験利用も随時受け付けておりますので、“百聞は一見にしかず”ということで、是非一度見学にお越しください。お待ちしております！！

季刊誌

「ひだまり」

第2号（冬号）

平成23年2月15日発行

■発行元

社会福祉法人 寿光会  
デイサービスセンター寿光園

■発行責任者

管理者 福森 潔

〒581-0853

大阪府八尾市楽音寺 2-125

TEL 072-940-3113

FAX 072-940-3112

【ホームページ】

<http://jukouenhp.web.fc2.com/index.html>