

# ねりまファンクラブ 29年6月

「ありのままのあなたを大切にします」  
練馬 2-24-3  
Tel.03(5984)1701  
練馬デイサービスセンター

日中は少し汗ばむほどの陽気となってまいりましたが、皆様におきましてはご健勝のこととお喜びいたします。いつも練馬デイサービスセンターをご利用いただきありがとうございます。皆様がお元気でデイサービスに通ってくださることを職員一同お待ちしております。

## ❁平成つつじ公園と、光が丘のバラ園にお散歩に出かけました❁

4月下旬から5月初旬にかけて、練馬駅前の平成つつじ公園までリハビリをかねてお散歩に行きました。ピンクや紫色など、彩りあざやかなつつじが咲いていました。



5月の中旬には、見頃のバラを觀賞しにバスで光が丘までお出かけしてきました。バラ園では、約40種・400本のバラが咲き並び、甘い香りが漂っていました。お客様の体力に合わせ、好天気の中なのんびりとお散歩を楽しみました。



どの種類のバラかな？

## ❁活動のご紹介①❁

【園児さんとの交流会があります】  
☆近隣の保育園や幼稚園と交流があり、園児さんが練馬デイサービスに遊びに来てくれます。  
折り紙やゲームを一緒にやったり、園児さんが練習してきた歌や踊りを披露して下さったり、楽しく過ごします。



## ❁活動のご紹介②❁

【フラワーアレンジメント】  
☆人気のある有料活動に、フラワーアレンジメントがあります。  
講師が指導しますので、安心して完成できます。ご自宅に持ち帰られて、玄関先などに飾られる方もいらっしゃいますよ。



## ❁地域の行事に参加しました❁

5月に練馬駅前のココネリホールで開催された「第10回カレシジ祭り」に参加しました。お客様と一緒にお出かけし、地域のグループによる演奏やタクシー乗務員の体験コーナーなどで楽しみながら地域交流することができました。



乗務員の衣装を着てはい、ポーズ♪

## ❁熱中症にご注意ください❁

5月より最高気温が急に上昇し、東京都心でも30℃を超える真夏日になる日が出ています。熱中症への早めの準備を始めましょう。

**高齢者の特徴**

汗をかきにくい

暑さを感じにくい

体温を下げるための体の反応が弱くなっており、自覚がないのに熱中症になる危険がある

**熱中症にならないために**

- 室温をこまめにチェックし、エアコンや扇風機等を活用！
- のどが渇かなくても水分補給！
- 調子が悪く感じたら、家族や近くの人にそばにいてもらいましょう！

## ❁デイサービスからのお知らせ❁

個別趣味活動で女性のお客様に人気のある「編み物」が有料活動となっています。作品のテーマを毎回決め、毛糸の種類と数をお一人分ずつキットとしてご用意します。活動日の一定期間前に申込書を配布致します(金額等明記)ので、奮ってご参加ください。



\*ゲスト利用については随時受け付けております。担当：高水までご相談ください。  
\*デイサービスご利用に関しての相談・問い合わせはお気軽にご連絡をください。