

えくぼ



「発犬君」 田柄デイサービスセンター マスコット

経営理念

練馬区社会福祉事業団は、人権尊重を理念とし、地域で最も信頼され、喜ばれるサービスの提供を、効率的でバランスのとれた経営をもって行い、区民福祉の向上を図ります。

発行 田柄デイサービスセンター 編集責任者 杉浦 孝彦



皆さまの「元気!!」を応援します。

～ 笑顔・元気・チャレンジ・地域との輪～

私たちは、常に新たな取り組みを実践します

令和6年もあとわずかになりました。今年は1月の能登半島地震から始まり、桜の開花は遅く、猛暑の長い夏・急な寒さ、とあまり良いことがなかったな～と思ってしまうのは私だけでしょうか・・・。ぜひとも来年は明るく楽しい年にしたいですね！皆様良いお年をお迎えください！！

～12月の活動報告～

★5日に、「光が丘さくら幼稚園」の年少さんクラスが遊びに来てくれました。ちっちゃな可愛い手で手遊びをしたり、元気に歌を歌ってくれたり、見ているだけで思わず笑顔が溢れましたね！今年度は今回が最後でした。

★13日には「レイ・プルメリア」の皆様のフラダンスのご披露がありました。その時ばかりはデイルームが一気に南国ムードたっぷり！一緒にフラダンスにも挑戦して頂きました。

★師走と言えば忘年会！27日・28日には「紅白歌合戦」を、30日には「歳忘れフラダンス」を行いました。特に、職員のフラダンスに大盛り上がりでした！

★川柳・俳句・短歌クラブ 12月のお題「12月なんでも」でしたが、お題が無くて大丈夫！「大掃除 一人で気楽に 窓を拭き」(笑子様)「自主トレで 先生も走るよ 師走かな」(光雄様)「クリスマス 子供と一緒に 飾り付け」(節子様)「サンタ待つ 孫の喜び 夢の中」(清江様)「老体をみとめ 笑顔を忘れず」(英子様)

1月のお題は「1月なんでも」です。福笑い・新年・福寿草・おせち等、一年の始まりを感じるものは何でもOK！1月10日(金)です。他の曜日の方の作品も是非お持ちください。大募集中！！

～1月の活動予定～

★今月の「郷土・ご当地料理」は20日(月)「奈良県」です。奈良県の郷土料理と言えば・・・

「かしわのすき焼き風」をご用意！皆様お楽しみに！！選択食は21日・27日に予定しています！

★4日～7日まで、新春松花堂膳の昼食をご用意して、皆様をお待ちしております。4日初日は新春福笑い、6・7日は「かるた大会」、8・9日は「つめつめ福箱ゲーム」で盛り上がりましょう！

★16日は「わくわく絵本」さん、18日は初めてのボランティア「田柄高校の和太鼓部」の演奏会、「関さと子ショー」は24日(金)、30日(木)はみおんさんを予定しています

※お好きな活動がありましたら、ゲスト利用を受け付けておりますので、お気軽にお声掛けください！ ★書道は20日(月)・22日(水)に予定しています！

1月のかわり湯<ヒノキの香り湯>13日(月)～18日(土)

田柄テイの自慢は、笑顔の可愛い職員たちとひのきのお風呂！！ヒノキの香りにはリラックス効果や抗菌作用・疲労回復作用などたくさんの効果があります。やっぱり、テイのお風呂は最高ですよ～

★テイにお持ちになるもの(靴・衣類・歯磨きセット・お薬類など)には、必ずご記名をお願い致します。
★どうしてもと鉛などをご持参になる時はご自分だけで、お仲間には決して差し上げないよう、お願い致します。金品のやり取りもお控えください。

※テイでの日々の様子をブログで発信しています。田柄テイのホームページを、どうぞご覧ください！

いま巷で話題の「ヒートショック」。予防のためにいろいろと対策を聞きます。脱衣場と浴室の温度差を...と言われますが暖房器具を買う予算やスペースがね。っと思ったりしています。いい製品ありましたら教えてください。情報まっます。いまどきは、すきま風が入って寒い家は少なくなりましたが、年々寒さが増しているような気がします。いろいろと工夫をして予防に努めましょう。また寒くなってトイレに行く回数が増えるからと、水分を控えめにしているというお話を小耳にします。＊飲水控えめ！これもヒートショック要因の一つですよ。血液濃度が濃くなって血栓ができやすく、温度差による血圧の急激な変化で心臓や脳に血栓が飛んでいって大変なことになってしまいます。本当に気をつけてください。

あっという間に2024年が終えようとしていますね。本当に色々ありがとうございました。年末年始は体調を崩しやすい時季でもあります。お身体ご自愛ください。そして、来年また元気にお会いできることを楽しみにしております。 所長の杉浦でした。良いお年をお迎えください。



(上) さくら幼稚園の小さなお客様です。見ているだけで思わず笑顔になってしまう！子供たちとの触れ合いはいいですね！

(下) 毎月来てくださる「わくわく絵本」の皆様です。大判えほんや紙芝居、それに手遊びや体操など、趣向を凝らした1時間です！



(上) 「レイ・プルメリア」の皆様のフラダンスのご披露です。今回は赤や緑のクリスマスカラーの衣装で、楽しく一緒にフラダンスを楽しみました！

(下) 「みおん」さんのお琴と篠笛の演奏会です。可愛い挿絵の入った歌詞カードをご持参下さり、唱歌や童謡など、癒しの時間です。



(上) もうすぐ完成！デイルーム入り口を飾る大きな干支の壁面制作です！皆様にご協力いただき、今年も素敵な作品になりそうです！有難うございます！

(下) 午前の体操の様子です！職員の掛け声に合わせて、毎日40分ほど身体を動かして頂いています。これぞ元気の源！！