

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 櫻本 淳



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

ムシムシ・ジメジメする時機到来です。雨が続きたり急に暑くなったりと不安定な天気ですが、皆様はお元気にお過ごしですか？ 猛暑に加え雨もあまり降らず、今年の梅雨はどこに行ったの？と思ってしまうかもしれませんが、今後は雨も降ることでしょう。熱中症は湿度が高くてもなりやすいそうです。皆様、エアコンを活用し、水分摂取に気を付けてお過ごしくださいね(^O^)/

～6月の活動報告～

- ★4日・5日には「運動会」を開催しました！紅白に別れ、額には鉢巻き姿で「おたまりレー」や「玉入れ」など、童心にかえって楽しんで頂きました。いくつになっても勝負となると、やっぱり勝ちたいもの！皆様の真剣な横顔を、頼もしく拝見させていただきました！
- ★6月の脳トレは「ちょっと難しかった」そうですが、みんなで昭和歌謡を大合唱しながらの答え合わせは大盛り上がりでした！
- ★毎月行っている「カレンダー作成」、紙は薄くなったけれど何枚でも塗って持ち帰り、あちこち貼ってご活用下さいね！だいたい毎月3～4種類、全種類制覇大歓迎です！
- ★川柳・俳句・短歌クラブ お題は「6月なんでも」でしたが、お題が無くても大丈夫！「いやむしろ 食べても見たい 古古古米」（徳美様）「野良猫の 屋寝姿に いやされる」（英子様）「散歩道 紫陽花咲きて 色を添え」（きよゑ様）「今年の父の日 皆で思い出 語り合う」（充江様）来月のお題は「7月なんでも」です。風鈴・夕立ち・鮎・うちわ・サルスベリ等何でもOK、俳句・短歌・自由詩でも大丈夫です。心の声を文字にしましょう！7月11日（金）です！

～7月の活動予定～

- ★今月の「郷土・ご当地料理」は15日（火）「沖縄県」です。沖縄県の郷土料理といえば、やっぱり「ゴーヤチャンプルー」「人参しりしり」ですね！選択食は22日・28日に予定しています！
 - ★7/1（火）には、カラオケ機の第一興商より音楽レクリエーションの講師をお招きし、本格的な音楽と運動を体験して頂きます！お楽しみに～(^O^)/
 - ★7/7は「七夕」です。年に一度、織姫と彦星が会うことが出来る日ですね。7日（月）・8日（火）は七夕行事を予定しています。昼食は「七夕ちらし」をご用意いたします。担当は清水介護士です！
 - ★関さと子ショーは31日（木）です。職員も歌声を楽しみにしています！ゲスト利用受付中です！
- ※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、職員までお声掛けください！ 書道は21日（月）・23日（水）です！

7の変わり湯 <ラベンダー湯> 14日（月）～19日（土）

7月は様々な花が咲きますが、特に「ラベンダー」は良い香りと美しい紫色の花で私たちを楽しませてくれます。ラベンダーには鎮静作用・殺菌作用の他、その良い香りはイライラや不安・緊張などを取り除きストレスを和らげるリラックス効果があります。ラベンダーの良い香りのお風呂に入って、リラックスしてくださいね💜💜💜

★雨降りが多く、湿度の高い日が続きます。テイの床はフローリングの為、湿気でつまずきやすくなってしまうので、皆様どうぞつま先を上げて歩いていただくようご注意ください！

★雨の日は窓を開けずにエアコンで室温を調節させて頂いています。座席の場所によっては風が冷たく感じる方もいらっしゃると思いますので、薄いカーティガン等をお持ちいただくと助かります。

★身体の健康はお口の健康から！口腔内の衛生の為、歯ブラシお持ちくださいね！

※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！テイの活動の様子など発信していますが、閲覧数は一向に増えません……。皆様、覗いてみてくださいねm(_ _)m



所長より

梅雨入りし湿度が高く不快指数も高い日が多くなってきましたね。まだそれほど暑くはありませんが、湿度が高いと意外と汗をかいています。先日、嘱託医の先生が6月に入ってすぐに熱中症の患者さんが来てびっくりしたとお話されていました。まだ本格的な夏ではないと油断してはいけませんね。一番の予防はしっかりと水分補給することですので、いつもより1～2杯は多くお茶を飲むなど意識して水分を摂るようにしてください。



運動会、今年もみんなで頑張りました！競技は「お玉リレー」と「玉入れ」でした。いくつになっても、「勝ちたい」という気持ちを持つことは、とても大切なことですね！「～したい」という気持ちを持つことが元気の秘訣ではないでしょうか！



（上）運動会で、選手代表で「選手宣誓」をして下さったお二人。勝ち負けではなく、皆で一緒にやるのが一番いい！と嬉しいお言葉を頂きました！

（下）運動会の日のお食事は、「海老天重」「かつ重」でした。皆様ペロリでしたよ！



（上）毎月やっている「脳トレ」です。難しい、と言われるかもしれませんが、考える事も大事です！毎月、職員が交代で問題を作っています。

（下）デイの入り口に「田柄の木」は、梅雨時に合わせ「あじさい」の花に変化しました。皆様に季節を感じて頂けるよう頑張ります！