

# 7

# 長生園 デイサービス 新聞



## こうせん粉の どら焼き



今月のおやつ作りは回想法を取り入れ、利用者の皆様が子供の頃に食べていた「こうせん粉」を使用し、どら焼きを作りました。「昔は水で湿らして食べたもんだよな」など、各々の思い出を話しながら、生地作りから行き、焼き上がりにはデイルーム内に甘い香りが立ち込めました。

## 園芸だより

長生園で収穫した「白イチゴ（果皮が白く甘くて香りがある）」をおやつとして提供しました。（写真右上）



また、春に苗を植えたカボチャが大きくなりました。早く利用者様におやつとして提供したいと思います。収穫が楽しみです。



## 施設の特徴（機能訓練）階段昇降

今回は「階段昇降」についてご案内いたします。階段昇降訓練は歩くことだけではなく、心身ともに長く健康でいる目的も担っています。運動の機会が減ってしまうと筋力が低下し、関節の可動域が狭くなることで転倒する可能性が高くなります。併せて骨量も低下し、骨折しやすい状態となります。階段昇降訓練のような有酸素運動を行うと、血中の中性脂肪や内臓脂肪を減らしたり、体内の余分なコレステロールを減らしたりと、肥満防止につながります。



## ケアマネ向けの 施設見学受付中

ケアマネ向けの施設見学を承っております。機能訓練室・静養室・機械浴槽のある浴室等を見学していただきます。電話などでも説明しますが、百聞は一見に如かずです。是非少数のデイサービスの様子を見学して見てください。お問い合わせをお待ちしております。

お問い合わせ先 **TEL&FAX.96-3883**  
担当：山田・荒道

## 体験利用してみませんか

実際の1日の流れに沿ってデイサービスで受けられる介護サービスを、体験できます。

朝は自宅まで長生園デイサービスセンターの車でお迎えに行き、施設内では入浴したり、レクリエーションに参加したり、食事をしたりすることができます。夕方には自宅までお送りします。体験利用することによって、サービスの内容や周りの雰囲気、そして職員の対応などを自分で感じるすることができます。少数のデイサービスの良さを体験してみませんか？

お問い合わせ先 **TEL&FAX.96-3883** 担当：山田・荒道

## 編集後記

今年は梅雨明けしてから非常に暑い日が続きます。外は猛暑、室内はキンキンの冷房、体調管理が難しいですね。外出する際だけでなく、室内にいる場合も熱中症になるおそれがあるとのことですので、水分補給等をしっかりと体調管理を心がけましょう。

デイルームに向いているヒマワリは満面の笑みで、夏の到来を告げています。



## 7月の行事予定

- 1 週目＝七夕飾り制作
- 2 週目＝買い物レク
- 3 週目＝風鈴制作
- 4 週目＝いきいき体操

## 長生園デイサービスセンター 6月末の利用者状況（定員18人）

曜日	月	火	水	木	金	土
利用者数 (名)	15	11	10	15	10	13