

デイサービスからのお知らせ

9月

レクリエーション色々

脳トレ・体操を行っています！！

○×クイズ



○×クイズを楽しんで頂きました。持っている知識やこれまでの経験と自分の記憶を頼りに皆さん真剣に取り組まれました。

新聞棒体操



新聞紙を丸めて棒状にすることから皆さんにお手伝いして頂きました。そして、その棒を使って様々な体操を行いました。

メニュー紹介



オムライス

昔懐かしい洋食の定番メニューです。各テーブルでも、料理にまつわる昔ばなしで盛り上がっていました。



七夕メニュー

七夕にちなんだ星形のハンバーグ＆コロッケです。形が可愛らしく、お肉が柔らかくて美味しかったです。

夏のお風呂



今年の夏も「緊急事態宣言」を受け、海・山などに行けない夏になりました。デイサービスでは**ご利用の皆様**に夏の風情を味わって頂こうと海の仲間たちを手作りして頂き、にぎやかな浴室になりました。



9月は「りんどうの湯」です。暑さ寒さも彼岸まで体力を保ってみのりの秋を迎えたいものです

ちょっと地域情報

もっとみんなで繋がりたい！

上町おしゃべり会

上町会館で活動

高齢になっても、みんなで支えあい、いきいき暮らせる上町にしたいと願い、住民の皆さんが中心になり、20年近くも前に立ち上げた活動団体です。

上町会館に集まり、まずは「ハマちゃん体操」を一緒にします。みんなと楽しく体操ができ、筋力維持につながります。季節に合った工作や手芸で手を動かしながら、みんなとおしゃべりすることで、楽しい時間を過ごしています。

上町にお住まいの方がご参加いただけます。開催日時は上町会館前の掲示板に貼り出されます。



お問合せ：根岸地域ケアプラザ 751-4801 坂井まで

おぎしうろうかい 根岸外郎会

根岸地域ケアプラザ・多目的ホールで活動

毎月第1・3月曜日 13:00～ 年会費 1,000円

ケアプラザの「朗読ボランティア講座」を受講した仲間たちで立ち上げた団体です。毎月2回集まって朗読の練習をするほか、高齢者施設や保育園などに出向き、絵本や物語を朗読劇として披露するボランティアも行っていきます。コロナでボランティア活動ができない今、ビデオに撮って披露することにも取り組んでみました。



前回掲載の「坂下ヨガストレッチクラブ」の活動時間に誤りがありました。正しくは13:30から15:00です。お詫びして訂正いたします。

ボランティアの皆様

いつも地域ケアプラザの事業にご理解ご協力くださり、ありがとうございます。今はコロナウィルス感染拡大予防のために、ボランティア活動をお休みいただいておりますが、収束した折にはお目にかかることを楽しみにしております。よろしくお願いいたします。

ケアマネージャー通信 『～漫画で解説～最期まで家にいたいよ』

皆さんは病気になったら…医療や介護が必要になったら…自宅や施設などの選択肢がある中でどのような最期を迎えたいでしょうか？「まだまだ、そんな歳ではない」、「その時になったら考える」という方も多いのではないかと思います。皆さんに共通しているのは、「**先の事なので、想像できない**」という事ではないでしょうか？今回、ご紹介するのは、主に高齢の方が歳を重ねるにしたがって起こり得る問題や心配事に対して、受けられるサポートを漫画で分かりやすく説明している冊子です。この冊子はレインボーネットワーク磯子（磯子区在宅療養連携拠点相談室かけはし及び磯子区役所が中心となり、区内の医療・介護の専門職が連携しあい、課題を解決するための話し合いの場）が作成したものです。一人の男性高齢者をモデルとして、**元気な時からご自宅で亡くなられるまでの時間経過に沿って、その時々に必要なサポートが紹介されており、漫画で描かれている為、内容がとても分かりやすく、読み進めやすい作り**になっています。また、時間の経過に沿って話が展開されていきますので、ご自身等に置き換えると想像しにくい先の事もイメージしやすいのではないかと思います。

ご一読いただき、少し、ご自身の将来の事を考えてみる機会とされてみてはいかがでしょうか？本冊子をご希望の方はケアプラザまでお問合せ下さい。



横浜市根岸地域ケアプラザへのご意見、ご要望、お気づきの事、改善して欲しい事などお伝えください。館内設置のご意見箱またはQRコードをご利用下さい。

