

デイホーム三宿だより



令和6年07月 第218号 社会福祉法人 三宿 高齢者支援センター
〒154-0005 東京都世田谷区三宿1-8-10 山元ビル
TEL 03-5431-3520 FAX 03-5431-3533

暑い日が続いていますが、元気にお過ごしでしょうか。デイホーム三宿でもエアコンをつける事が多くなってきましたが、温度計を基に温度調節しています。しかし、体感温度には個人差が在る為、羽織るものを持参されると良いと思います。デイホーム三宿では、6月も皆さん元気に活動されました。

日々のレクリエーション



←バランスゲーム
回数を重ねる毎に、皆さんが上達するレクリエーションの一つです。「太い牛乳パックで積み上げるのが、高く積めるコツだよ！」と教えて下さいました。



→風船バレー
エアコンを入れているので、ゆらゆらと揺れる風船に悪戦苦闘していましたが、風船を落とさないように、皆さん集中して参加されていました。



←その他のレクリエーション
皆さんに楽しんで参加して頂けるように、日々工夫しています。

デイホーム三宿 🔍

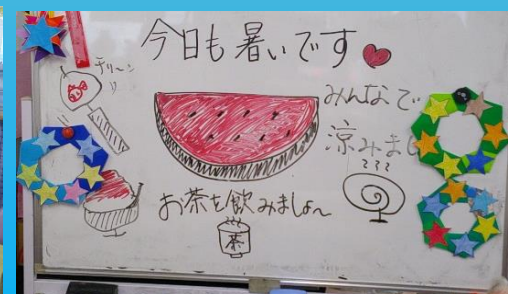
検索

デイで行っている活動を、ホームページ ブログに掲載しています。

6月のレクリエーション

「季節の手工芸」

アジサイと金魚のカレンダーを皆さんと一緒に作りました。水面の上を金魚が、涼し気に泳いでいるカレンダーになりました。七夕に向けて、七夕飾りも作り始めています。スタッフに、「あなたはどの様な願い事にするの？、私は沢山ありすぎて迷ってしまうわ。」と話してくださいました。



熱中症について

熱中症にかかる人の約半数が、65歳以上の高齢者です。高齢になると、皮膚や血管の老化により、暑さ、寒さを感じづらくなり、体温調節がしにくくなります。また、のどの渇きも感じづらくなるため、熱中症になりやすいと言われています。こまめに水分補給をし、エアコンや扇風機を上手に使用して熱中症を予防しましょう。また、「風が寒い」とおっしゃり、エアコンを点けない場合がありますが、高齢者が感じているよりも気温が高い時があるので注意が必要です。世田谷区が配布している、「熱中症予防シート」を活用してみてください。

ボランティアさんによる活動



「サクマタカシマジックショー」
予言に関するマジック等、沢山のマジックを、披露して下さいました。



「歌の会」
ボランティアの小松さんが、沢山のリクエストに応じて下さり、ピアノで弾いて下さいました。



「リトミック」
国立音楽院の一力さん、三宅さんと一緒に、初夏に関する歌を、皆で歌いました。

6月生まれの方



お知らせ

デイホーム三宿ではマスクを原則着用していますが、気温の上昇や写真撮影時に、マスクを着脱する事もあります。

6/16(日)に予定していた家族会が延期になりました。涼しくなった頃に再度日程を調整して行う予定です。

7月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	言葉遊び	音楽レクリエーション	ボウリング	理美容 七夕準備	リトミック	七夕
7	8	9	10	11	12	13
★	理美容 かるた取り	ボウリング	テーブル卓球	サクマタカシ マジック ショー	歌の会	音楽体操
14	15	16	17	18	19	20
★	イントロクイズ	風船バレー	百人一首	ことわざクイズ	歌の会	壁面 カレンダー 作り
21	22	23	24	25	26	27
★	昭和の歌	パターゴルフ	魚ゲーム	札取りゲーム	歌の会	体操双六
28	29	30	31			
★	これなあに	デイホーム 三宿歌合戦	言葉遊び			

回想法など、認知症ケアに必要なプログラムを取り入れながら、デイの中だけの活動にこだわらず、地域に積極的に出かけるよう心がけています。活動は、ご利用者様の個人のプログラムが中心となりますので、予定は変更する場合がございます。ご理解ください。

