

you 愛 カレンダー

1 月

- 散髪
- カラオケ
- 室内レク
- 音楽療法
- 詩吟の会

ーその他の予定ー

機能訓練指導員によるリハビリ＝毎日
創作活動＝壁画作り

月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

あいさつ

新年あけましておめでとうございます。

旧年中はご利用者様、ご家族様に一方ならぬご厚情を賜り、誠にありがとうございました。

今年は、延期となったオリンピックが開催される年です。コロナとの戦いに勝利し、みんなで応援できることを願うと共に、改めて、私たちも皆様のお役に立てるサービスとなりますよう、より一層、質の向上に努めて参りますので、何卒よろしくお願いいたします。



ご愛読頂いているみなさまへ

今年は「辛丑（かのと・うし）」の年です。丑年は、先を急がず目の前をを着実に進めることが将来の成功につながっていく年といわれています。目の前をを着実に進めることで、土壌となる基礎ができ、その上に様々な芽が生まれ、一気に花が咲

いていくような様を表していて、とても大切なことを教えてくれていますね。私たちも改めて、基本が大切にできる一年にしていきたいと思いま

ゆうあい you 愛

友愛園デイサービスセンター 情報紙

1
第 199 号
2021.1.1 発行

お詫びと営業再開について

新年あけましておめでとうございます。平素は、当センターへご高配を賜り誠に感謝申し上げます。さて、去る12月11日に隣接する彩葉（特養）で、ショートステイ利用中の利用者様1名より、新型コロナウイルス陽性が確認されたとの連絡がありました。その後、更に彩葉で利用者、職員に感染が確認されたことを受けて12月15日から暫くの間、感染拡大防止の観点より、外部の利用者様について、当センターの利用を休止とさせて頂きま

した。このことにより、利用者の皆様及びご家族、そして関係各位に大変ご迷惑をおかけすることとなり、心よりお詫び申し上げます。現在、コロナ感染の終息及び早期再開を目指し、感染拡大防止に取り組んでおります。再開する際には、事前に皆様にお知らせ致しますので、今暫くお待ちいただきますようお願い申し上げます。

友愛園デイサービスセンター 所長 吉田久嗣



お楽しみ クリスマスプレゼント

心を込めた贈り物

彩葉（特養）でのコロナ感染発生により、毎年恒例の豪華な食事とサンタクロースが登場するクリスマス会&忘年会は、残念ながら中止となりました。

それでも、高岡園から来て頂いている皆さんと、クリスマスの雰囲気少しでも味わえたらと、秋ごろから、この紙面でもご紹介してきました「ハーバリウム」と、デイサービスに行く時にお風呂用衣類等を入れることができる「防水機能付き巾着袋」をセットして、プレゼントしました。



メリークリスマス!

特に「ハーバリウム」はガラス容器にライトが装着されていて、夜に点灯させると、昼間とは違う草花の色や形に見え、室内の雰囲気も幻想的になるので、皆さんに是非、試していただけると嬉しいです。



高岡園の皆さんには、クリスマスプレゼントをお渡ししましたが、外部の皆さんには、お渡しが出来ませんでした。そのため、利用再開後にお渡しする予定ですので、楽しみにしてお待ちくださいね。



コロナ 感染予防講習会

みんなで対策しましょう!

「コロナ感染から身を守るには、どうしたらいいですか?」という皆さんからの素朴な疑問に答えるために、コロナ感染予防講習会を開催しました。



コロナ予防として取り上げられる「三蜜」とは?そして、どのように「三蜜」を回避するのか?皆さんと一緒に考えていきました。考えていく中で、「三蜜」を回避しよう意識していても、自然に「三蜜」になっていることがあり、心配は尽きないことが分かりました。意識していても、「三蜜」を完全に予防することが困難なので、やっぱり、どんな場面でも「マスク」を装着し、うがい手洗いをマメに行う。これしかないですね。そんな、学びを、明石市のコロナ感染予防啓発ポスターを使って行いました。



デイ LIFE

～デイサービスセンターでの日常をご紹介～

「棒体操」

今月は棒体操のご紹介です。両手で棒を持ち、掛け声に合わせて身体を動かすのですが、棒を持っていることで自然に身体が動き、関節の可動域等に柔軟性が生まれます。初めは、なんとなく消極的に体操されていた皆さんも、だんだんと身体を大きく動かし、同時に声も大きくなってきます。コロナ過にあり、自宅で過ごす時間が増えている中、この棒体操は、簡単に身体を動かすことが出来ますので、是非お試しください。

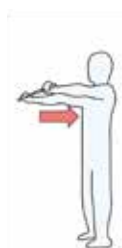


参考) リハビリ情報ブログ白衣のドカタ

姿勢矯正・柔軟性向上

認知症予防

転倒予防



引き込み運動



バンザイ運動



前屈運動



両手キャッチ運動



棒立てバランス運動



両足周り運動

注意点 ・立つのが不安な方は座って行う ・肩や腰に痛みのある方や途中で痛みが出た方は中止する ・疲労感がある方は行わない