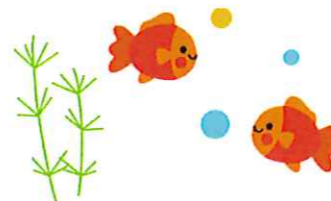


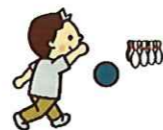
四季の里だより



No.279 2022年7月号

介護老人保健施設『四季の里』
新座市北野2-14-8
TEL048(482)8008
<https://www.shikinosato.jp/>

6月行事の報告



6月の行事はコロナウイルス感染症の予防対策をとり各フロアで行いました。

4階では6/17(金)に「ボウリング大会」を行いました。

10本のペットボトルをピンにして、各自2球ずつ投げてもらい倒れたピンの合計を競います。久しぶりのイベントに楽しそうに参加されておりました。優勝者は同点となり2名！皆様とても上手に投球されておりました。少しづつ以前の生活が戻って来て嬉しいですね。

次回もお楽しみに♪

3階では6/7(火)にフロア球技大会として「うちわで風船ラリー」を行いました。入所者様が二手に分かれて2列に並び、中央に段ボールを繋げたものを挟み、その上で風船をうちわで扇いで赤テープのラインより相手方へと押し出すゲームを行いました。それぞれ青チーム、赤チームのハチマキを付け、1分間3回戦行いましたが、一生懸命身を乗り出してうちわを扇いで競技を楽しんでいました。

2階では今月は行事の代わりに創作活動を行っています。二種類の図案より各自選択して貼り絵作業をしています。皆さん熱心に活動されていました。完成までもう少しです。



ボウリング大会



うちわで風船ラリー



創作活動



《6月 行事食メニュー》

- ・おにぎり ・チキン南蛮 ・サラダ菜
- ・ポテトサラダ ・炊き合わせ ・豚汁
- ・さくら大根 ・抹茶水ようかん



リハビリ室より、こんにちは！



リハビリ科には理学療法士(PT)、作業療法士(OT)、言語聴覚士(ST)の3職種が在籍しています。今回は、作業療法について、その中でも「作業活動」について、お伝えしていこうと思います。

まず「作業活動」と聞いても、あまりピンとこない方も多いのではないのでしょうか。「作業活動」は、日常生活の作業を通して、身体だけでなく心(精神面)にもアプローチしていきます。作業活動を通じて自信や達成感、幸福感を感じていただき、普段の生活上での自発性を引き出していきます。当施設では、書道やパズル、輸入、道具を使ったストレッチや運動などを行っています。

特に書道は、希望される入所者様も多く、作品を仕上げるまでに、何度も書き直したり、どう書こうかイメージしたり・・・と自ら考え、工夫されています。それだけでなく、作品を書くにあたり背筋を伸ばして姿勢を良くしたり、指先・腕への力加減を自らコントロールする等、身体のリハビリにも繋がっています。

作品が出来上がった後は、各フロアに掲示しており、「今回はよく書けた」と満足される方もいれば、「もう少しこうしてもよかった」と次に活かそうとする方もいらっしゃいます。書道を通じて、自ら「やってみよう！」という自発性、そして脳の活性化や活動性の向上へと繋がっていきます。

このように、作業療法の「作業活動」とは、作業を通じて心身への刺激や改善を図るリハビリテーションとなっています。リハビリの方法はまだたくさんありますので、今後もご紹介していけたらと思います。



書道



パズル

昭和レトロブーム

令和4年になりましたが、昭和にタイムスリップしたようなちょっと懐かしいデザイン・見ただけで心躍るカラフルな色使いや古き良きデザイン・懐しくて新しい「昭和レトロ」な雑貨や玩具が話題になっていることをご存じですか？

私の周りで長い間使い続けているなぜか捨てられないものを探しました。昭和から？と言われるとやや疑問はありますがレトロなものとして紹介します。



* キューピー人形
製造年不明
1900年前半に誕生



* 裁縫箱
昭和50年代頃の物



* ブラシ
レトロ感あり
10年以上前に
実家で発見



* 駄菓子
何十年前から
現在まで無くないもの

懐かしさがありどこか捨てられない持ち物でした。「古くてもいいな」と思わせるデザイン、懐かしさを感じる雰囲気、皆さんも自分の周りにある昭和レトロなもの癒されてみませんか。

デイケア通信

～ お楽しみ会 ～

6月13日(月)にお楽しみ会を開催しました。今月はお手玉送りをチーム戦で行いました。ラケットでお手玉を隣の人に渡して早くゴールしたチームが勝ちです。久しぶりのゲームに利用者様は目を輝かせゲームに夢中になっていました。かえるチームとかたつむりチームに分かれ利用者様と職員が一体になって作戦を練りました。皆さん真剣な眼差しで熱気を感じながら、勝ち負け関係なしに楽しい時間を過ごされていました。



8月のお知らせ

★8月4日(木)はデイケア・イベント食【夏祭り】メニューです。
・焼きそば ・ミニアメリカンドッグ
・つくね串 ・胡瓜の塩昆布和え
・夏野菜スープ ・バナナチョコ

★8月19日(金)は全国味めぐり【沖縄県】です。
・タコライス風 ・ゴーヤーチャンプルー
・人参しりしり ・完熟マンゴー
・冬瓜の汁 ・ラフテー **お楽しみに♪**

★タコライスは、れっきとした沖縄料理。「タコス」+「ライス」でタコライス。味付けした挽肉(タコミート)とレタス、トマトやチーズなどメキシコ料理のタコスの具材をご飯にのせたファーストフード。メキシコ発祥と思われがちですが、沖縄県金武町の発祥です。

ご相談ください

介護老人保健施設「四季の里」は、看護や介護を必要とする方が、できるだけ早く自立した生活ができるようお手伝いをする施設です。比較的病状の安定している方に、看護や介護をはじめリハビリテーション、日常生活動作訓練など1日も早い家庭復帰を目指す各種サービスを提供します。

日常生活の中でご不安をお持ちの方、お困りのことがありましたらご相談ください。

TEL 048-482-8008 四季の里