



《8月の企画／夏祭り》

8月の企画として、8月17日（木）に『夏祭り』を開催しました。まずは、盆踊りの曲で気分を盛り上げてから3種類のゲームにチャレンジして頂きました。

最初の「金魚釣り」では、釣れた金魚の裏に書いてある点数を見て喜んだり、悔しがったりとそれぞれでした。

次の「輪投げ」では、直径55cmもある大きな輪を力いっぱい頑張って投げて下さいました。

最後の「円盤投げ」では、円盤の持ち方や飛ばす角度を皆さん色々と工夫されていました。

どのゲームも利用者の皆様方の真剣な表情や笑顔が見られ、デイサービスならではのアウトホームで楽しい夏祭りを行うことが出来ました。



《9月の企画／敬老会》

9月の企画として、9月18日の敬老の日に『敬老会』を行いました。

まずは職員が、かくし芸（手品、ダンス、バトントワリング）を披露して皆さんに楽しんで頂き、次にリクエストしてもらった歌をデイルーム内に流し、一緒に唄って頂きました。皆さん大きな声で唄って下さり、大盛況のうちに閉会となりました。最後に敬老のメッセージカードを贈り、それぞれの居室へ持って帰って頂きました。



《看護師より／肺炎予防について》



朝、晩が涼しくなり、風邪をひいてしまったという人も増えてきています。風邪等の体調不良から肺炎に罹り入院…とならない様に予防をしっかりと行いましょう。

肺炎は日本人の死因第3位の病気です。肺炎を起こす仕組みは、次の4つです。

- ①抵抗力（免疫力）が弱まる（風邪、インフルエンザ、体力の衰え、糖尿病、呼吸器・心臓に疾患がある、など）
- ②細菌等に感染しやすくなる
- ③細菌等が肺に入り込む
- ④肺炎を起こす



肺炎にならない為の予防策として、

- 手洗い、うがい、マスクの着用をしましょう
- 口腔ケアをしましょう（歯磨きをきちんと行い、口の中を清潔にしましょう）
- 誤嚥を防ぐ（食事前に口腔体操を行い、食事はゆっくりよく噛んで食べましょう）
- 規則正しい生活をして免疫力を高めましょう
- 禁煙しましょう

毎日のちょっとした行動で怖い肺炎から身を守り、元気に過ごしましょう。