

ひまわり通信

2022年 6月号

グルメデー

天ぷら

日	月	火	水	木	金	土
			1日 書道教室 AM 脳トレ/塗絵 PM 集団レク	2日 トランプ AM 脳トレ/塗絵 PM 集団レク	3日 書道教室 AM 脳トレ/塗絵 PM 集団レク	4日 トランプ AM 脳トレ/塗絵 PM 集団レク
5日 休み	6日 将棋 AM 脳トレ/塗絵 PM 集団レク	7日 トランプ AM 脳トレ/塗絵 PM 集団レク	8日 書道教室 AM 脳トレ/塗絵 PM 集団レク	9日 トランプ AM 脳トレ/塗絵 PM 集団レク	10日 グルメデー 書道教室 AM 脳トレ/塗絵 PM 集団レク	11日 トランプ AM 脳トレ/塗絵 PM 集団レク
12日 休み	13日 将棋 AM 脳トレ/塗絵 PM 集団レク	14日 トランプ AM 脳トレ/塗絵 PM 集団レク	15日 書道教室 AM 脳トレ/塗絵 PM 集団レク	16日 トランプ AM 脳トレ/塗絵 PM 集団レク	17日 書道教室 AM 脳トレ/塗絵 PM 集団レク	18日 トランプ AM 脳トレ/塗絵 PM 集団レク
19日 休み	20日 将棋 AM 脳トレ/塗絵 PM 集団レク	21日 トランプ AM 脳トレ/塗絵 PM 集団レク	22日 書道教室 AM 脳トレ/塗絵 PM 集団レク	23日 トランプ AM 脳トレ/塗絵 PM 集団レク	24日 書道教室 AM 脳トレ/塗絵 PM 集団レク	25日 トランプ AM 脳トレ/塗絵 PM 集団レク
26日 休み	27日 将棋 AM 脳トレ/塗絵 PM 集団レク	28日 トランプ AM 脳トレ/塗絵 PM 集団レク	29日 書道教室 AM 脳トレ/塗絵 PM 集団レク	30日 トランプ AM 脳トレ/塗絵 PM 集団レク		

まみこさんの一日に密着！！ ～本当のところ、ひまわりってどんなところ？～

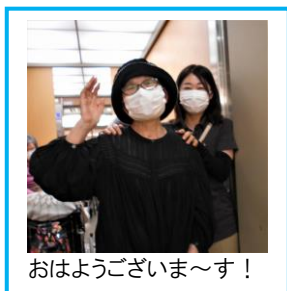
これまでのひまわり通信では、施設や行事、取り組みなどをカテゴリーごとに紹介してきました。今回はある利用者さんの一日に密着し、利用者さん目線でひまわりの事を紹介していきます。利用者の『まみこさん』に協力をお願いしたところ快諾していただき、ひまわりでのとある一日に密着しました。まみこさんのひまわりでの過ごし方やタイムスケジュールとともに、活動ごとの感想や意見も紹介していきます。それでは、スタートです♪

【太字はご本人のコメントです。】

9:30 ひまわりに到着

9:40 健康チェック

ひまわりに到着しました。顔なじみのみなさんとあいさつを交わします。「曜日によって利用者さんは違うので雰囲気はガラッと変わります。話の合う人が近くにいるかどうかは重要です。」ほっと一息、つく間もなく(笑)血圧測定、体調確認です。(体温は迎え時に測定しています)



おはようございま～す！



「おはよう！」「元気だった？」

10:00 機能訓練



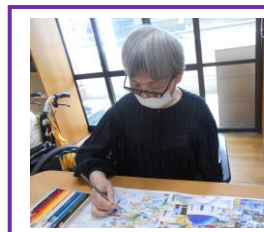
屋外歩行の合間におしゃべり☆

健康チェックを済ませ、機能訓練です。自宅での生活を続けられるよう機能訓練指導員(理学療法士・作業療法士)と運動をしています。「ひまわりでは屋外歩行や階段昇降など、実生活に沿った運動をしています。運動だけでなく、職員さんのおしゃべりも楽しみのひとつです！私は人見知りなんですけど職員さんがご自分のことを話してくれるので私も話しやすいです。」

10:20 入浴

機能訓練を終えると入浴です。入浴の感想をお聞きしました。「限られた時間でたくさんの方が色々な方法(大浴・リフト浴・個浴)で入浴されるので職員さんはとても忙しいですね。でも、私が難しそうにしていると何も言わなくても気付いてスッと手を差し出してくれます。難しい所は手伝ってくれて、自分でできる所になると職員さんは姿を消します(笑)。やってくれたら楽だな、と思うこともあります。できることは自分でやらないと！ですね。」

11:00 塗り絵



←どちらが見本か分からない完成度です！
左…見本
右…作品

まみこさんはご自宅でも塗り絵をされていて、コンテストにも応募されているそうです！「ひまわりでの塗り絵は良い練習になっています！ただ、機能訓練や入浴のタイミングによっては集中して塗れる時間が10分ぐらいの時もあるので、もっと塗り絵をする時間があればな～と思います。」

12:00 昼食



メインは肉団子の中華甘辛煮

13:00 パズル



この時間は脳トレやトランプをされる方、休まれる方とそれぞれのペースで過ごされています。「私は1人の時間も好きなのでパズルをやっています。ただ全制覇してしまい少し飽きています。New パズル希望です！」ここで、ひまわりの職員の印象を聞いてみました。「みなさん、よく動いてよく気がつく方ばかりです。用事がある時に職員さんを見ると視線に気づいてすぐに来てくれます。なので、忙しい時は職員さんを見ないようにしています(笑)。」

14:00 全体レクリエーション



14:00からはゲームや体操をしています。「正直ちょっと退屈だなと思うことがありますが、いざ出番がくると本気になる自分があります(笑)！個人戦の時に結果が上位だった人の発表があるんですが、私は発表されるのが恥ずかしいです。私だけかな？団体戦は、みんなに迷惑をかけちゃいけない！と思ってより一層力が入りますね。」

15:00 おやつ

15:30 ひまわりを出発



ありがとうございました！

まみこさんの密着記事いかがでしたか？ありのままのひまわりを知っていただければと思います。お褒めの言葉も率直なご意見も隠すことなくお伝えしました。「ひまわりってこんな所なんだな。」と感じていただければ嬉しいです。

今回の密着を通して‘心の中で思っていたけど口には出していなかったこと’も話していただきました。「そんなふう感じておられたんだな。」「確かにそうだな。」と気づかされたり納得することもあり、ひまわりがよりよくなるためのヒントをいただいた気がしています。もっと利用者みなさんの声に耳を傾けなければ…と立ち止まって考える機会にもなりました。今後もより満足していただけるサービスを提供できるよう、職員一同努めていきます。

最後に、密着取材を受けてくださったまみこさん、ご協力ありがとうございました！

ふれあいセンター協同
デイサービスセンターひまわり ふれあいセンター協同2階
 安佐南区西原九丁目8-22
 電話：874-4085 FAX：874-4093 管理者：鬼塚

●写真の掲載につきましてはご利用者様・ご家族様の了解を頂いています。
昼食付無料体験利用実施中！！☆お気軽にお問合せください☆
 ☆過去のひまわり通信は、ホームページで見ることができます☆
「ふれあいセンター協同」で検索してみてください！