

# ひまわり通信

平成30年 5月号

☆5月のグルメデー☆  
「すき焼き」  
SUKIYAKI

日	月	火	水	木	金	土
		1日 ゲーム	2日 カラオケ	3日 囲碁・将棋 体操	4日 書道教室 ゲーム	5日 フラレインボーゲーム
6日 休み	7日 詩吟・囲碁・将棋 体操	8日 カラオケ	9日 ゲーム	10日 グルメデー 囲碁・将棋 ゲーム	11日 書道教室 ゲーム	12日 体操
13日 休み	14日 詩吟・囲碁・将棋 ゲーム	15日 ゲーム	16日 体操	17日 囲碁・将棋 体操	18日 書道教室 ゲーム	19日 ゲーム
20日 休み	21日 詩吟・囲碁・将棋 カラオケ	22日 体操	23日 ゲーム	24日 囲碁・将棋 ゲーム	25日 書道教室 体操	26日 体操
27日 休み	28日 詩吟・囲碁・将棋 フラバステル ゲーム	29日 ゲーム	30日 体操	31日 囲碁・将棋 カラオケ		

介護のいらない体つくり ~自分のことは自分でしよう~ part 1

ひまわりでは、事業所全体で目標をもち、集団での運動に取り組んでいます。先月までタオルたぐりやビー玉を使った足裏の運動を実施し、転倒予防に取り組んできました。それも継続しつつ、今度はタオルを使用して、入浴動作能力の向上を目指すタオル体操を開始しています。高齢となると、肩・肘など関節が固くなってきて、頭の後ろや腰に手を持っていくことが難しくなってきます。ひまわりの入浴場面でも、背中を洗う、お尻を洗う、頭を洗う場面で、介護を要する人が多くおられます。洗ってもらうことが当たり前、と思っておられる方もおられるようです。本来、自分のことは自分でするもので。意識の改革も含め、しっかり動作練習をして自信をつけることで、入浴動作能力の向上にもつながると考えています。いつまでも自分のことは自分でできるよう、しっかりと能力維持、向上に努めていこうと思います。



2018年度ひまわりスタッフの紹介

管理者  
生活相談員



鬼塚 聰

生活相談員  
介護士



杉原 沙世

理学療法士



飯田 久美子



梶原 建雄

介護士



小濱 瑛介



年岡 幸子



湊 友美



新田 みどり

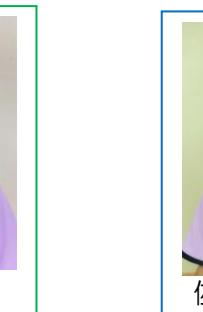
看護師



中務 紀美子



坂本 真由美



加太 星美



佐々木 徳充



木坂 邦昭



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☆**