

厳しい残暑が続いていますが、皆様いかがお過ごしでしょうか。今年の夏も猛暑日が続きましたね。輝くろべでは、熱中症対策としてアクエリアスのゼリーを作りました。飲み物が苦手な利用者様でも、ゼリーなら食べられる、といった方もおられました。さて、8月の輝くろべの様子をお知らせ致します。

8月は誕生日会を行ったり、写真のような、夏を感じられる作品を作ったりしました。利用者様と一緒に白玉団子のかき氷を作った時には、真剣な表情で作っておられ、とてもおいしいと笑顔で食べておられました。また夏祭りでは、利用者様同士で協力し合うゲームなどで盛り上がりました。

今月は、敬老会や、運動会（桜井高校）の見学、お彼岸のおはぎ作り、笑いヨガなどを予定しております。皆様に楽しんでいただけるよう職員も準備中です!!

日頃から、皆様の温かい支援に心より感謝申し上げます。ご質問やご要望がございましたら、お気軽にお問い合わせください。今月も、どうぞよろしくお願いたします。

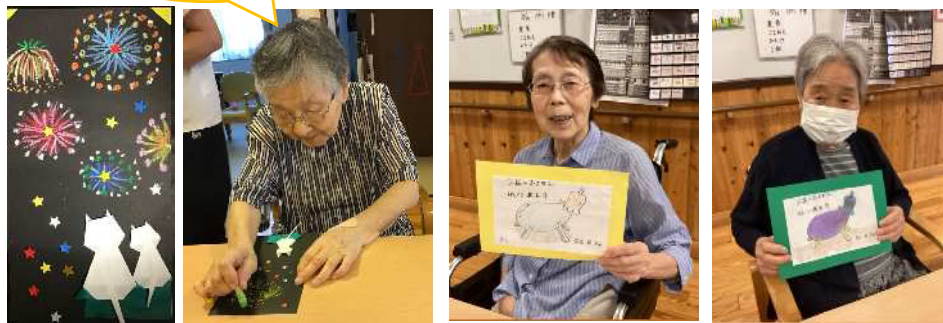
## 誕生日会

お誕生日おめでとう  
ございます!



た〜まや〜!

## 折り紙教室など



## ゼリー作り



## 輝くろべでの日常



お口の体操に集中  
されてました◎



いっぱい  
釣れたな〜♪

## 夏祭り&かき氷



冷たくておいしいわ



# 2024年9月のカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
1	2 シェイクアウト 訓練	3	4	5 桜井高校 運動会見学	6	
8	9	10	11	12	13	14
← 季節の壁飾り作り →						
15	16 折り紙教室	17	18	19	20	21 カレーの日
22	23 敬老会 おはぎ作り	24	25	26	27 笑いヨガ	28
29	30	26	27	28	29	30

## 栄養こぼなし 餃子ピザを作ろう!

今回のピックアップ食材は…  
**よつ葉 ショレイトチーズ**

**作り方**

- ①餃子の皮にケチャップをのぼす!
- ②好きな野菜とチーズをトッピング
- ③温めたトースターに並べ、チーズが溶けるまで焼いたら出来上がり!



### チーズの栄養

- たんぱく質** 身体を作る
- カルシウム** 丈夫な骨を作る
- ビタミン** 身体の調子を整える



### 食事作りは生活リハビリ!

- ①食材選びにお買い物 **コミュニケーション運動**
- ②食材を切る、混ぜる、のせる **指先や手を動かす**
- ③出来立て料理の匂いを嗅ぐ **食欲がそそられる**




## 生協10の基本ケア ～トイレに座る～



生協10の基本ケアの中には「第3章トイレに座る」があります。ある男性の利用者様で、おむつでの排泄からトイレでの排泄になられた方の取り組みを紹介します。

退院された直後は、車いすや椅子への移乗も難しく、尿意や便意も曖昧でした。輝くろべに来られて、翌日からはトイレ誘導を始めました。そのためには下肢筋力を鍛え、体幹を安定することが重要になってきます。職員間で話し合いをし、立ち上がりや移乗動作が安定するために、お辞儀体操や尻上げ体操をケアプランに入れました。本人様も意欲的に取り組まれ、1か月も立たないうちにトイレでの排泄がスムーズになってこれ、曖昧だった尿意、便意もはっきりと分かるようになりました。これだけ早い回復に『生協10の基本ケア』が日々の生活に欠かせないものであることを改めて実感することができました。奥様はご主人の様子を喜んでくださり、「これだけスムーズにトイレに座れるようになったし、自宅で過ごす時間を増やして一緒にいたいわ～」と言われ、それも可能になりました。「いつかまた釣りに行きたい」との夢が実現する日が来ることを願っています。

### ■介護相談、随時受け付けています

お気軽にご相談ください(担当:施設長 魚住、ケアマネージャー 中西)

### ■ボランティア募集のお知らせ

お話相手、読み聞かせ、踊りや演奏、マジックなどの発表や簡単な習い事(習字・絵・体操)、花壇など外回りの除草  
問い合わせ:0765-33-4515