

かみしいのだよ 11月



とやま生協
輝かみしいの

〒930-0827

とやませいきょう 富山市上飯野14番3

TEL 076-411-6645 FAX 076-411-6657

10月レク



芋掘り

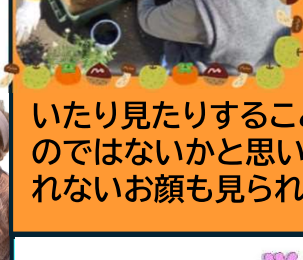
サンマ御膳

芋餅作り

秋の大運動会

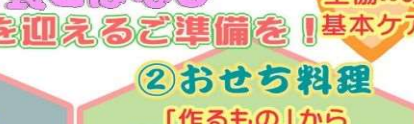


花植え



10月は紅葉シーズンという事で、色々な所へドライブに出掛けました。また、旬のものを頂いたり見たりすることで、季節を感じていただけたのではないかと思います。運動会ではいつも見られないお顔も見られとても盛り上がりました！

赤勝て！白勝て！



11月の施設行事予定

【文化の秋】

2日…新庄オータム祭作品展示会鑑賞

3日…新庄北文化祭セレモニー鑑賞

【食欲の秋】

2日…抹茶白玉団子作り、16日…どら焼き作り

【スポーツの秋】

積極的に体を動かせるようなゲームや体操を行います

今月の職員紹介

輝かみしいの
看護師

酒井 洋子(さかい ようこ)



私は、コーヒーと甘いもの(特にあんこ・おもち系)でホッと一息する時間が大好きです！輝かみしいのも、利用者様がホッと安心してもらえるような場所にしていきたいなと思っています。

日中の通いやお泊りのご利用者様をまだまだ募集しています！お知り合いでデイサービス、ショートステイの利用を検討されている方、利用したいけど気に入った施設が見つからず、お探し中の方がいらっしゃいましたら、是非ご紹介ください！

栄養こばなし 生協10の基本ケア

新しい年を迎えるご準備を！

①大掃除
掃除をするための体力をつけましょう！
おじぎ体操
尻あげ体操
その他の介護予防運動

②おせち料理
「作るもの」から「購入するもの」へ！
COOPのおせち料理

今年は一箇所でもお掃除を！そしておせち料理のご予約を！

11月号ピックアップ商品は COOP味付数の子 COOP塩かずのご(松)

生協10の基本ケア

第5章「家庭浴に入る」

・お風呂に入ること、血行の改善、疲労回復、むくみの解消につながります。また、手足の動きもよくなりリハビリ効果もあります。

これからの季節は、浴室と脱衣所の温度差が10℃以上あると心臓麻痺(ヒートショック)を起こす危険性があるため、室内を温めておく和良好的でしょう。お風呂の前にはしっかりと水分補給も忘れずに…(^o^)

介護のご相談いつでもお待ちしております。

現在当施設をご利用していない方もお気軽にお問合せください！

担当: 宮島/林