

# ふるさと

白楽荘在宅サービスセンターだより

平成29年10月25日 発行

白楽荘在宅サービスセンター

TEL 042-376-2942

<http://www.rakuyuukai.com/>

★Facebook あります★ <https://www.facebook.com/rakuyuukai1968>

デイサービスピックアップ

## ミニ運動会



10月10日(火)に白楽荘デイサービスにて「ミニ運動会」が開催されました。種目は「大玉運び」「玉入れ」「職員による障害物競走」です。

紅組、白組に分かれて、チーム対抗戦で行いました。

大玉運びでは大玉に見立てたビーチボールを隣りのご利用者へ上手に手渡しされ、玉入れでは、職員が玉入れのかごを背負って逃げ回っているところに素早く紅白玉を投げ入れていました。

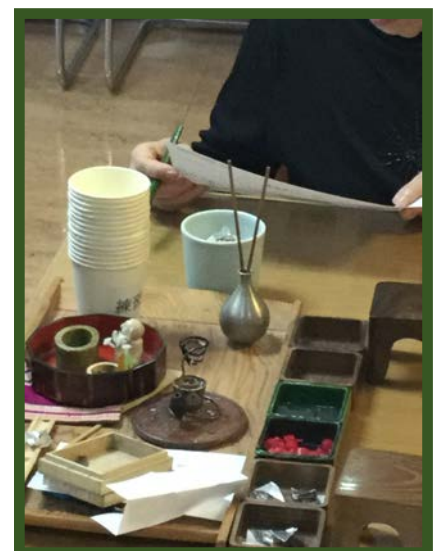
段ボールで作った輪の中に入り、転がして進む職員による障害物競争や、パン食い競争で必死にパンに食いついている職員に、ご利用者の皆様も大きな声で応援してくださいました。

ご利用者の皆様も童心に帰った気持ちで盛り上がり、大成功の「運動会」となりました。

## お香を楽しむ会

講師に豊田隆志先生をお招きして、平家時代の遊びの一つ「お香を楽しむ会」を初めて開催しました。

お香のかおりは認知症を予防し、リラックス効果が期待出来るとされています。香りを言葉にすると忘れにくいということで、表現してみました。同じ香りでも「甘い」「塩辛い」「すっぱい」「にがい」など人それぞれ感じ方が違いました。今後は毎月第3火曜日(午前)に開催します。興味のある方はぜひご参加ください。



# インフルエンザに注意しましょう



日ごとに寒くなり、空気も乾燥し始めています。インフルエンザの流行する時期になってきました。インフルエンザは、1～3日の潜伏期間ののち、38℃以上の発熱・咳・頭痛・咽頭痛・鼻水・筋肉痛・関節痛等を呈します。嘔吐や下痢等の消化器症状がみられる場合もありますので、症状が出現した場合は早めの受診してください。

インフルエンザは発症すると子供や高齢者・基礎疾患のある方などは重篤な症状を来す場合があります。これからの季節、下記の点に注意して予防しましょう！

- ★ 予防接種を受ける(かかりつけ医師とご相談ください)  
(感染を予防したり、感染してしまっても症状を軽減する効果が期待されます)
- ★ 帰宅時の手洗い・うがいの実施
- ★ 1日数回窓を開け 換気を行う。
- ★ 十分な睡眠、バランスの良い食事
- ★ 加湿器等を使用して適切な湿度(50%～60%)を保つ
- ★ 外出時はマスクを着用する

## ～お知らせ～

11月26日(日)10時～15時に法人行事の「楽友祭」が開催されます。今年も移動動物園がやってきます！！その他、バザーや模擬店などなど、楽しい催しになっています。ご家族揃って、ぜひ遊びにいらしてください。

## 編集後記

今月の「ふるさと」はいかがでしたか。運動会やハロウィンといった秋の行事も終わり、紅葉も見ごろを迎えています。この時期ならではの紅葉の景色を、デイサービス送迎車の車窓からぜひお楽しみください。

(ワーカー T・U)