

くだもの狩り

6月のレクリエーションのイベントで入所フロアにて果物狩りを実施しました。

各テーブルに支柱を立て、麻紐を張り、苺、バナナ、アメリカンチェリー、アポロチョコ、ゼリーなど、果物やお菓子を吊るしました。イベント開始後、職員が見守りしながらご利用者様に果物やお菓子を採っていただき、テーブルまで運んで召し上がっていました。ご利用者様は、「甘くておいしい、いろんな種類があって良い」と、大変満足されていました。

(小池)



香り付き足湯体験



今月はアロマの職員さん監修のもと、香り付きの足湯を体験して頂きました。各自、好きな匂い色を選んで頂き、各々足湯につかり、日々の疲れを取られていました。職員による足のマッサージもあり、ご利用者様はとて満足された様子でした。
(松川)

園芸療法野菜作り体験



今月の園芸療法は、野菜の栽培を行ないました。今回はじゃがいも、トマトの2種類の栽培を行ないました。自分で植えた種から、美味しい野菜が出来るのを参加された方は、とても楽しみにされていました。収穫した野菜は、午後のレクの活動で料理をして、ご利用者様に食べて頂きます。今後も野菜の成長を楽しみに観察して行きたいです。
(松川)

かりんの里 複合福祉施設

☆ 複合ユニット紹介 グループホームあやめ ☆

GHあやめユニットは6名のスタッフで、互いに笑顔でいられるように、9名の入居者様の生活のお手伝いをして働いています。

今は、いちご狩りや流しそうめんなど、外出したりご家族様を交えたりしての行事が全く出来ない状況ですが、ユニットの中でおやつ作りや昼食作り、日々の作業にレクリエーションや体操等、楽しい会話を交えながら活動をしています。また、すぐ近くですが散歩にも出かけています。きっと来年にはコロナ禍が収まり、皆揃って元気で外出できる事を祈って、皆様の生活を支えていきたいと思ひます。



🍓 複合 イチゴイベント 🏠

コロナの影響で外出が出来ないので、今年もいちごを使ったおかし作りを、各ユニットで行なっております。かりんユニットでは、ホットケーキの生地をスタッフが焼き、カットしたいちごをご利用者様がご自身でデコレーションケーキを作りました。1人2枚ずつ使ってケーキを作ったので最後には「ああ～お腹一杯…。苦しい…。もう動けない…。」等、満足されたようでした。

いちごを使ったお菓子作りは楽しいですが、来年は以前のようにいちご狩りに行けたらいいなと思ひます。



(野明)

キャロット蒸しパン

6月の手作りおやつでは人参を使った蒸しパン作りを行いました。手をすらないようにと気を付けながら、人参をすりおろして下さいました。

蒸し上がり、蓋を開けた際「わあ〜！」と歓声が上がりました。食べた感想は「おいしかったよ」と好評でした。
(中村)



オーラルフレイルと口腔ケア



【オーラルフレイル】

若い時と比べて、「咬む力」は3分の1まで落ちるそうです。原因の一つと考えられるのが筋肉の減少です。年を重ねて口の動きが弱まることを「オーラルフレイル」(口のささいな衰え)といいます。オーラルフレイルになると、食事の量が減り、食べやすいものを選びがちになりやすく栄養が偏ります。高齢の皆様にお伺いします、柔らかい食べ物やのどごしの良い物を選ぶ傾向がありませんか？ 特に、肉などを避けるようになると、たんぱく質の摂取量が減り、筋肉がさらに減って、食べる、話すなどの口の動が衰えてしまいます。

【咬める口】

「ものを咬むときに痛い。」「入れ歯が合っていない。」などの歯のトラブルは、硬い食べ物を避ける原因になります。「虫歯はあるけれど、痛くないから。」「銀歯が取れたけど、歯医者さんに行くのは面倒くさいから。」「歯磨きなんてしなくても大丈夫。」など、ということはないでしょうか。

歯を大切にし、「よく咬んで食べる」ということが、口の筋肉や動きを維持するために、一番簡単にできるトレーニングになります。機能が低下してから、元に戻すよりも、低下しないように元気なうちから予防することができればいいですね。

(歯科衛生士 小澤)





7月1日からデイサービスセンターこもれびときずなは統合します。こもれび最後の利用日にはご利用者様・職員一同で閉幕式をして、こもれびでの思い出を振り返りました。7月からは新生きずなとなり、さらにパワーアップしたデイサービスにしていきたいと思ひます。 (上原)



編集後記

だんだん暑い日が増え、これから本格的な夏へと向かって思ひっきり夏を楽しみたい所ですが、昨年に続いて今年の夏も、まだまだコロナウイルスが猛威をふるっています。私は昨年、家で浴衣を着て写真を撮ってみたい、自宅の庭で食事をしたり、花火を楽しみました。このような状況ではありますが、身近な所でもささやかな楽しみを見つけ、暑さに負けず、沢山夏の思ひ出を作れるといいですね。

(河西)