



HOUYUKAI

プラチナロード便り

社会福祉法人 奉優会
高齢者在宅サービスセンター
白金の森

Tel:03-3449-9615

Fax:03-3442-3110

<https://www.foryou.or.jp/facility/shirokane/w010/>

2022年7月号

梅雨イベント特集

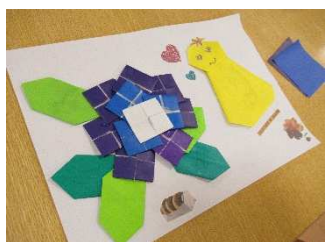
白金の森では本格的な梅雨入りを迎え、施設の花壇ではもちろん、施設の中にも綺麗な紫陽花が咲きました。「梅雨」にちなんだイベントということで折り紙で作った紫陽花を自由に紙に貼り、お持ち帰りいただきました。



施設の花壇に綺麗な紫陽花が！



花びらと葉っぱをノリでベタベタ♪



色とりどりの紫陽花やてるてる坊主ができました！



風船パタパタ大会

梅雨の鬱陶しさを吹き飛ばそう！ということで「風船パタパタ大会」を開催しました。

風船が落ちないように手元のうちわではじき、何回続いたかを数えるこの競技。腕だけでなく、上半身と動体視力も鍛えることが出来ます！お席で応援している利用者様も一緒に数をかぞえて、「もうー丁！」「あー！落ちちゃった！」と大盛り上がりの日でした。



風船の行方をしっかり捉えてスマッシュ！

職員同士で挑戦！

個人レッスンを受ける利用者様も！？

初夏の楽器演奏会

職員による定期演奏会、今月は参加型で開催しました。まずは職員が見本としてボンゴを叩き、その後、利用者様の中から挑戦者を集めました。ご参加いただいた利用者様も、演奏後はご満悦の笑顔でした♪



楽しそうな笑顔がステキです！



余興は職員によるハンドベル演奏♪

理美容

- ① 7月4日(月)
- ② 7月15日(金)

ご希望の方は実施日の一週間前までに
お申し込み用紙をご提出ください。



フラワーアレンジメント

7月13日(水)

新規で参加をご希望の方はお声掛けください。



白金の森ダービー



白金の森ダービーを開催しました！馬につながる赤い紐を手元の棒で巻き巻きすると、自分の馬がこちらに向かってきます。さあ、このレースの優勝は一体どなたの手に...！観客の皆様からも「がんばれー！」と熱い声援が飛び交います！



真剣にやるとなかなか手が疲れます...

1着が決まったのでココでストップ！

防災訓練

施設合同の防災訓練を実施しました。地震が発生し、それによる火災も生じるという想定で行いました。被害状況確認、防災センターへの報告、ご利用者の避難誘導、模擬消火器による初期消火訓練、災害用蓄電池・発電機の使用方法等を確認・実施しました。



認知症サポーター養成研修

「認知症サポーター養成研修」を受講（介護職員2名）

港区の高齢者相談センターから講師をお招きし、認知症サポーター養成研修を受講しました。受講者には「認知症サポーター」としてオレンジバンド（左写真）が贈呈されました。



認知症サポーターとは

認知症サポーターとは、認知症に対する正しい知識と理解を持ち、地域で認知症の人やその家族に対してできる範囲で手助けする「認知症サポーター」を全国で養成し、認知症高齢者等にやさしい地域づくりに取り組んでいます。認知症サポーター養成講座は、地域住民、金融機関やスーパーマーケットの従業員、小、中、高等学校の生徒など様々な方に受講いただいています。（厚生労働省HP引用）



梅雨の時期は転倒に注意！

転倒防止体操がおすすめ

梅雨の時期は足元がなにかと危うく、転倒しやすい季節です。普段から転倒防止のために筋力強化に努めましょう。



ロコモティブシンドローム予防に使える体操用紙
[\(https://fun-seed.com/free-download/\)](https://fun-seed.com/free-download/)

ロコモティブシンドロームについて

ロコモティブシンドローム(locomotive syndrome)とは、「運動器の障害のために移動機能の低下をきたした状態」1)のことを表し、2007年に日本整形外科学会によって新しく提唱された概念です。略称は「ロコモ」、和名は「運動器症候群」と言われます。運動器とは、身体を動かすために関わる組織や器管のことで、骨・筋肉・関節・靭帯・腱・神経などから構成されています。

6月の一押しランチ紹介

6月8日（水）
天ざるメニュー

- ざるそば
- かき揚げ
- なすとツナの炒め物
- 菜の花の和え物
- フルーツ



編集後記

今年もはや半年が過ぎましたが、いかがお過ごしでしょうか？マスク着用の義務化が続くなか、今年の夏は一層暑くなるのが予想され、熱中症には十分に気をつけていこうと思います。先月と言えば、例年より早めに梅雨入りし、寒暖差の激しい日が多く、体調を崩しやすい気候でした。その中でも、ご利用者様と、てるてる坊主や紫陽花を折り紙で作ったり、転倒防止体操をしたりと、充実した6月となりました。7月も夏ならではのイベントが盛りたくさんなので、皆様楽しんでいただけるよう職員一同張り切って準備して参ります！