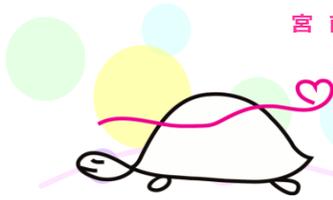


宮前ふれあいの家 認知症対応型通所介護

宮前ふれあいの家 [優っくりデイサービス]
 TEL 03-3335-8161
 FAX 03-3335-8162
 住所 杉並区宮前5-17-15
 Eメール miyamae-day@foryou.or.jp



優っくりデイサービス

優っくり宮前

令和2年9月号

miyamae.foryou.or.jp



随時情報発信中!



優っくりデイサービス、今月のトピックス



「夏の風物詩」をお楽しみいただきました!

今年の夏は、「夏にこそ楽しみたい様々なイベント」を開催しました。

夏と言えば『すいか割り』。関東のすいかは既に収穫を終えていたため、当日は山形県産のすいかをご用意。割ったすいかはおやつの時間にいただきました。とても甘いすいかで、つついお変わりがしたくなる大満足な企画でした。

また、昔から暑い夏には『かき氷』。熱中症対策と水分補給の目的もあって行いました。日頃、水分の進みが良くない方々も、かき氷にすると不思議とスプーンが進み、無理なく水分摂取できました。



そして、夏バテ予防に開催したのが『うなぎの出前』。鰻専門店からお重の出前を取り、いつもとは違う昼食をお楽しみいただきました。食の細かい方も、うなぎを前にすると箸がとまりません。日本の伝統的な夏の食文化を堪能していただいた企画です。

コロナ禍の今年の夏は、様々なことを控えていただいておりますが、日本の夏の風物詩だけは大いにお楽しみいただきました。

● 専門職からのワンポイントアドバイス

带状疱疹の原因は水痘（水ぼうそう）と同じウイルスです。水痘は治ったあとも全身の神経節に潜んでいます。老化やストレスで免疫が下がると、再活動して発症します。

症状は水痘と異なり特定の知覚神経に沿って全身どこにも出ますが、胸や背中、顔面、頭部に出る場合が多く、片側にだけ出るのが特徴です。痛みは、ひりひり・ピリピリから強い痛みと個人差があり、年配の方の中には痛みを感じない方もいらっしゃいます。

治療法としては、抗ウイルス薬を内服します。ウイルスが増えるのを抑える薬です。なるべく早く内服を開始し、症状が落ち着いても全部飲みきることが重要です。症状が出て72時間以内に飲み始めるのが理想です。

看護師 金子



優っくりデイサービス 空き情報 8月現在

認知デイ(可能枠数)

月	火	水	木	金	土
○	◎	◎	○	○	△

入浴(可能枠数)

月	火	水	木	金	土
○	△(要相談)	△(要相談)	△(要相談)	△(要相談)	△(要相談)

(○: 余裕あり △: 残りわずか) ※入浴方法・回数等はお相談ください。

(8月25日現在)



夕食サービスを実施しております。是非ご利用ください！(詳細はお電話でも承ります。)

お弁当のお持ち帰りは、ご利用日のみ可能です。



優っくり写真館(3大イベントの様子をご紹介！)



簡単ストレッチ！

リハビリコーナー

【三角筋】～肩の筋肉のストレッチ～

効果

- 肩こり改善
- 可動域向上
- ケガの予防



片手で反対の肘を持ちゆっくり内側へ引きまします。

目標回数(1日)

5～10秒×3セット

(注: 回数は目安です) 痛みがある場合などは無理せず中止して下さい。



体が回らないようにしましょう。

編集後記

『優っくり宮前』創刊号より編集を担当していましたが、来月号より「古屋」に担当が変わります。これまで長きにわたり、優っくり宮前をご愛読いただき、心よりお礼申し上げます。引き続きのご愛顧をお願い致します。 宗田



HOUYUKAI

優っくりデイサービスでは、
ホームページでもご利用者の様子をお伝えしています。

『宮前 認知』で検索！
新規のご利用者様も募集中です！

