

宮前ふれあいの家認知症対応型通所介護

優っくりデイサービス

優っくり宮前

令和2年5月号

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

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



感染症拡大防止に努めています。



現在、全国に非常事態宣言は発出されていて、デイサービスにおいても感染症拡大防止の対策を講じるよう、国・東京都から要請が出ています。宮前ふれあいの家でも、優っくりデイ・一般デイ共に様々な方策を立て、日々の感染症拡大防止に努めています。

優っくりデイでは、3密の状態になることを避けるために、日々のプログラムも大きく見直しをしています。一例として、「外部からのボランティアの受け入れ」を一時停止している他、毎日行っている「体操」も、実施時には窓を全開し、大きな動きや深呼吸を伴う体操は中止しています。また、人気の「歌の会」も暫くは中止しています。



代わりにプログラムに取り入れているのが、「読み聞かせ」や「ビンゴ」、「手工芸」などの机を離していてもみなさんにお楽しみいただけるプログラムです。テーブルを離し、常に窓を開け激しい動きを避けることで3密にならないように努めています。

プログラム以外にも、毎日の手洗い・うがいを徹底し、食事やおやつ前にはアルコールを使った手の消毒続けています。その他、毎朝のお迎え時の検温・マスクの着用をご家族様にもご協力いただき継続実施しています。また、施設内外での職員の行動にも十分注意喚起しています。



●専門職からのワンポイントアドバイス

コロナウイルスの罹患を避けるために、外出を控え3密を避けるなどの毎日が続いています。精神的にも不安に駆られることばかり・・・。

コロナウイルスの場合、インフルエンザとは違い容体が急変すると死に至ることがあるため油断がなりません。そのため、既に手洗い・うがい・マスクの装着・消毒を行う他、重要なのが自己免疫を高めることです。十分な睡眠、朝は陽の光を浴びて起きる、朝の光は脳内のセロトニンの分泌を高めストレスに強くなります。暴飲暴食を避け、家での適度な運動、そして鏡を見てニッコリ!!笑顔を作りましょう。

看護師 永田



優っくりデイサービス 空き情報 4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)

(○: 余裕あり △: 残りわずか) ※入浴方法・回数等はお相談ください。

(4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(日々のご様子をご紹介します！)



簡単ストレッチ！



リハビリコーナー

～頸の筋肉のストレッチ～

効果

- 肩こりの改善
- むくみの軽減
- ストレスの緩和



[後面]頭の後ろに手を置き、下を向きます。
[前面]顔を上げるように上を向きます。

目標回数(1日)
20秒×2セット

※回数は目安です。
痛みがある場合は無理せず中止してください。



背中を曲げたり、反らせたりしないよう注意します。

編集後記

新型コロナウイルス感染拡大防止のために、みなさんに着用をお願いしているマスク。優っくり写真館の写真も、マスク姿で登場していただきました。マスク越しでも変わらずお見せいただく笑顔に、日々癒されています。 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様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！

