



憂っくり デ イ サ ー ビ ス

優っくり宮前

令 和 2 年 2 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







## 2 日間にわたり初詣に行ってきました!



実際に外に出て季節感を感じることは、日々の生活において、とても大切なことです。しかし高齢者になると、移動やトイレの問題など様々な要因のため外出の機会が少なくなってしまうのも現実です。そこで、優っくりデイが力を入れている支援のひとつに「外出支援」があります。

今回は、2日間にわたり「大宮八幡宮」と「深大寺」に初詣に出かけました。両日とも晴天に恵まれ、この時期としては暖かい気温の中、当日ご利用いただいたみなさんにご参加いただきました。









現地では、着物姿の初詣客の装いや参道の 華やかな賑わいなど、お正月らしい雰囲気を 五感で体感していただきました。中でも、神 殿や本殿で熱心に手を合わせていらっしゃる、 みなさんの表情が印象的でした。また、代表 者には施設の玄関やフロアに飾っていたしめ 飾りや松飾りを職員に代わっての奉納をお願 いしました。お参りの後は、境内の早咲きの 桜や池の鯉を眺めながらのんびりと散策。持 参した暖かいお茶を飲みながら歓談するなど、 令和最初のお正月を満喫していただきました。



#### 専門職からのワンポイントアドバイス

インフルエンザ他、感染症防止について

今年も、嫌なインフルエンザが流行しています。いつものことではありますが、や はり「予防」が肝心です。

「手洗い」(指の間、手首も忘れず、流水で行うのが望ましい)と「うがい」(初めのクチュクチュは吐き出す、2回目以降はガラガラと!)、マスクの着用、室内の過失を行いましょう。

睡眠、休息、栄養はもとより、水分をこまめに十分に摂取されることをお勧めします。 看護師 永田



# 優っくりデイサービス 空き情報 1月現在

### 認知デイ(可能枠数)

月	火	水	木	金	±
0	0	0	0	0	Δ

#### 入浴(可能枠数)

月	火	水	木	金	±
△(要相談)	0	△(要相談)	0	△(要相談)	0

(○:余裕あり △:残りわずか ) ※入浴方法・回数等はご相談ください。

(1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!)



## 簡単ストレッチ!





## 編集後記

早いもので、令和2年がスタートして早くも1ヶ月が過ぎようとしています。来月は節分。フロアでも節分の準備を進めています。既に今年の年間の大きなイベントの準備を始めています。詳細は後日。お楽しみに。 宗田



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!

