

# デイサービス便り

## グリーンロード 令和4年9月

8月も終わり、少しずつ日暮れの時間が早くなり

朝は、涼しさを感じ小さな秋の気配を感じる様になりました。

秋は虫の声で、癒され、美味しい味覚でいっぱいです。

デイにいらして、ランチをして秋を楽しみましょう。

夏から秋へと季節が変わっていく、この時期の体調管理も大切になってきます。

日中は、まだ暑い日が、ありますので、引き続き、

こまめな水分補給と温度管理をして

お過ごしください。



## 今月のイベント&活動



利用者の皆様に敬意を表し、ご長寿のお祝いと

これからの健康を祈って「敬老会」を開催いたします。

昼食は、お祝い御膳と和菓子をご用意させていただきます。



ミュージックセラピー



ピアノの伴奏に合わせて、昔の懐かしい曲や季節の歌を聴いたり、唄ったりとリズムにのって楽しい時間を過ごしましょう。

8月の活動のご様子です。

お話ししながら真剣です。



八月生まれおめでとうございます

割ったぞ〜



ビンゴ大当たりしました



アロハ〜いい気分でしたあ〜





## 山田通信 個別機能訓練のご紹介

ご利用者様のそれぞれの身体機能に合わせた、個別訓練を実施しています。今回は、その内容をご紹介します。



肩があげやすくなりました



平行棒の中で、安定した状態で歩く訓練です。両手の手すりを持ち、安全な環境で歩く量を調節しながら、歩くことができます。

肩の可動域訓練です。肩甲骨や腕の動きをサポートしながら、肩関節の動く範囲を維持・拡大を図ります。

安心して歩けます



フロアを歩行する訓練です。柱やテーブル等の障害物や、他の職員・利用者様を避けながらの実践的な歩行訓練になります。



足首の関節の可動域訓練とふくらはぎのマッサージです。筋肉をほぐすことで循環を促し、むくみを減少させます。



ご利用様のご要望や運動レベルに合わせた、個別での訓練を行っています。身体機能の維持や改善を図り、在宅生活をサポートします。



9月20日(火)に敬老会を行います。  
オカリナ演奏と踊りです。お楽しみに・・・

9月5日(月)と9月16日(金)

ミュージックセラピー 13時30分～



午前・・・季節の話、リハビリ体操、口腔体操

午後・・・個別機能訓練、歌体操、装飾、脳トレ、運動レク



フラワーアレンジメント

9月9日(金)



散髪日

9月13日(火)

13時30分より

グリーンロードのデイサービスをご利用希望の方、

ご興味やご相談がある方は、お気軽にご連絡ください。

また、ご利用頂いている方は、ご利用日でない日でも振替利用、

追加利用ができます。

生活相談員 北原・鈴木

**デイサービスセンターグリーンロード**

〒188-0004

東京都西東京市西原町 2-2-11

TEL 042-467-7759 FAX 042-461-5995

※ホームページも随時更新しております。

<https://greenroad.or.jp/>

\*予定は、変更する事もございます。

