

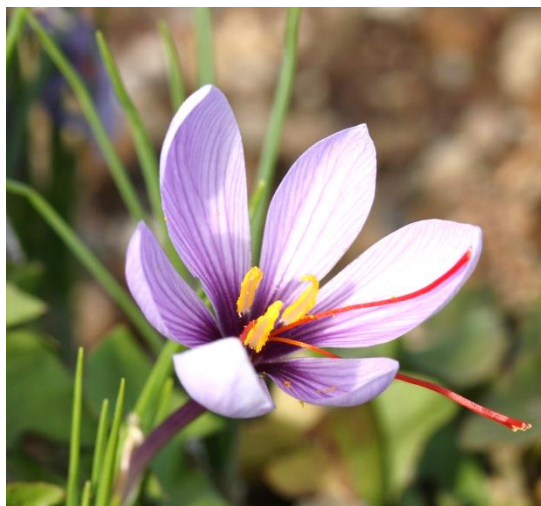
野の花

令和5年10月20日 NO.219
前野高齢者在宅サービスセンター
前野指定居宅介護支援事業所
〒174-0063
板橋区前野町4-16-1
おとしより保健福祉センター内
電話 03-5392-8736

【今月の花】

サフラン

花言葉 「陽気」「喜び」「歓喜」



サフランはクロッカスの仲間です。大昔から絵画の顔料として使用されてきました。

古代エジプトでは顔料としてだけでなく、香水や薬としても用いられ、冷え性の緩和や疲労回復などの効果があるとされています。

インフルエンザ流行中！

晴れやかな秋空が広がる季節となりました。一方では、インフルエンザの流行の時期にもなりました。

最近では、新型コロナウイルスとインフルエンザが同時に流行しています。

インフルエンザの予防には手洗い、うがい、マスクの着用、そして、アルコール消毒が大切です。さらに予防接種を受けることでかかりにくくなったり、軽い症状で済んだりします。

予防接種がまだの方は、区から送られてくる予診票をお持ちになって、かかりつけ医に相談してください。



スポーツの秋！ですね。 デイサービスでも 運動会をしました！



つくしチーム、さくらAチーム、さくらBチームに分けて運動会を行ないました。各チーム、団長も決めて、皆さんに「勝つぞ」と士気を高め合いました。



わなげリレー



第1種目めは、わなげリレーでした。
全員に棒をもつていただき、わなげを落とさないように隣の人に繋げていくゲームです。みなさんとても集中して参加されており、ほぼ落とさずにリレーすることが出来ました。



タオル落とし



第2種目めは、タオル落としでした。
足は地面につけたまま、ふとももに置いたタオルを下に落とすゲームです。
簡単に見えて意外と難しく、何度も何度も足を開いたり閉じたりしながら、皆さん頑張って落としていました。



玉入れ



第3種目めは、玉入れでした。
職員が持つカゴに向かって玉を投げ入れる、昔ながらのゲームでした。皆さんしっかりと狙いを定めて玉を投げ、カゴに玉が入るたびに喜ばれていました。中には非常に力強く玉を投げて楽しめる方もおり、元気いっぱいでした！



パン取りゲーム



最後は、運動会といえばパン食いにしたいところですが、衛生面を考えてパン取りでした。

小さなメロンパンを吊り下げ、職員が揺らして取りづらくしましたが、皆さん狙いを定めてバシッと上手にキャッチ！

お見事でした！！

<お願い>



ご自宅で、不用のタオルや布がございましたら、ご持参ください。

デイサービス内では、新型コロナウイルス感染症対策やトラブル防止の理由から、利用者様同士での金銭を含め、物のやり取りは禁止させて頂いております。ご理解とご協力をどうぞよろしくお願い致します。

ご見学はいつでもお受けします。

その際は送迎をいたしますので、ご連絡をお待ちします。

〒174-0063

板橋区前野町 4-16-1 おとしより保健福祉センター2階

電話 03-5392-8736

FAX 03-5392-2070



編集後記

秋も深まり紅葉の便りが聞かれる季節となりました。

秋は人間にとって1年の中で体力を養う季節だそうです。運動の秋ですね。

日常生活では早寝早起きを心がけて、適度に身体を動かすようにしてください。

宮本 布美子

※個人情報については全て同意を得て掲載しています。

社会福祉法人 東京援護協会 前野高齢者在宅サービスセンター