

a+ 安心プラス

2021年 11月号 下三栖通信

発行責任者:管理者 小山真一

スポット(予定日以外)利用も対応しますのでご相談ください!

体験利用・見学も大歓迎!
お気軽にお問い合わせください

2021年10月末現在の空き情報

空き状況	月	火	水	木	金	土
	0人	3人	3人	2人	6人	3人

☎075-632-8282
担当:小山・鹿乗・尾崎

～デイサービス内でのコロナウイルス対策について～

- ・職員のマスク着用、出勤時の健康チェック。お迎え時にも検温を実施後、お客様乗車時にアルコールでの手指消毒を実施
- ・お客様送迎後の車内清掃&消毒
- ・空間循環式紫外線洗浄機AIRLIA(エアリア)を2台設置
- ・サービス提供中はマスク着用
- *レクリエーション実施につきましても、つい盛り上がりすぎてしまうカラオケを当面休止し、映画レクや作品、脳トレなど、職員も試行錯誤しながら取り組んでいます。

お客様へは、ご利用中のマスク着用等、ご負担をおかけしますが、ご理解ご協力のほどよろしくお願いいたします。

安心安全

☆NOW! この脳トレグッズ下三栖で大好評なんです☆



ペットボトルのキャップにシールを貼りケースや台紙のシールと合わせていきます。単純な事に感じますが枠の中にキャップを入れるという動作は指先を細かく動かす訓練になり、さらに印に合わせて正しく入れることで注意機能の向上が図れます。脳トレに消極的なお客様にもゲーム感覚で楽しんで頂いています♡
下三栖では心も体も活性化させるためのリハビリを実施しています。ぜひ、見学、体験に来て下さい。お待ちしております☆



※写真掲載はお客様の許可を得ています。

Let's Play 自宅体操!

現在、デイで機能訓練士による指導のもと複数人を対象とした運動メニューの中から自宅でも行って頂ける体操を紹介します。

つま先上げ

- ①ゆっくり上げる
- ②そのまま3秒キープ
- ③ゆっくり下ろす



効果:足首が動かないと身体を前に持って行く事が出来ず後ろに転倒してしまうためこまめに実施する事をお勧めします♪

けり上げ運動

椅子に座り膝が伸びるまで足をけり上げます
勢いを付けずにゆっくりと行います
おしりが浮かないようにします
左右各10回を3セット行う



効果:立ち上がりの際に必要な膝を伸ばす筋力を鍛えます。継続する事により立ち上がり安定し一歩目のフラツキの軽減に繋がります♪

新しい職員紹介



10月1日より介護職員として入社しました

【宮崎なぎさ】です。

ランニングが趣味で観光しながら走るのが楽しみです。

どうぞ宜しくお願いします♡



で!き!た!!のお客様の!!声

- ★T.N様・・・週3回通っています。足腰の筋肉がついてきたようでお風呂に浸かる時に機械を使わず自分で立ち座り出来るようになった♪
- ★M.M様・・・左手はお箸、右手には茶碗を持つという事が出来なかったが根気強く先生が教えてくれたおかげでできるようになりました♪。
- ★K.S様・・・計算問題が出来なかったが、先生が横に座りつききりでやり方をおしえてくれたおかげで出来た!嬉しい♪