



デイサービス便り

デイサービスセンター
ラ・ポール有田
発行 令和5年7月1日
第5号

夏至も過ぎ、アヤメ咲くこの季節

毎日が蒸し暑いなか、皆様のご健康をお祈りしております。

デイサービス
初夏のお楽しみ会 のご案内

先着
5名様ずつ

デイサービスセンターにて

参加費無料

7/9(日)

午前の部
10:00~11:30

午後の部
14:00~15:30

普段なかなかできない活動を
スタッフと一緒に楽しみませんか？

スケジュール

- ① おやつ作り：アイスどら焼きを作ります♪
- ② 運動活動：体力作り & 転倒予防体操を行います。
- ③ お茶タイム：手作りアイスどら焼きを召し上がりください！



どら焼き作りに
挑戦しましょう♪

参加費無料

8/13(日)

午前の部
10:00~11:30
午後の部
13:30~15:00

先着
5名様ずつ



リハビリ
健康教室 のご案内

大好評!

ディエス有田1階リハビリルームにて



理学療法士
坂口大輔

お一人おひとりに
あった運動を
ご提案いたします！

体力測定・個別運動・マシン体験
ミニ講義（健康相談）

※時間が合わない方は、調整も可能です。
お気軽にご相談ください。

切り取り線



初夏のお楽しみ会申込 7/5(水)×切

7/9(日)

午前の部
午後の部

お名前



リハビリ健康教室申込 8/9(水)×切

8/13(日)

午前の部
午後の部

お名前

デイ&リハデイの様子

リハビリデイ マシンのご紹介



こんにちは、理学療法士の坂口です！今回はリハビリルームのマシン【アブドミナル】と【レッグプレス】のご紹介です。【アブドミナル】は、体幹といわれる“腹筋と背筋”を鍛えるマシンです。【レッグプレス】は、主に大腿（太もも）を鍛えるマシンです。どちらのマシンも私たちが生活を送る上で必要な筋肉を鍛えてくれます。利用者様は、ご自分のペースでマシン運動に取り組んでいます！これから夏場に向けて負けない身体作りは大切です。梅雨に入りじめじめして暑い日が続きますが、皆さまご無理のない様にお過ごしください。（マシン説明の詳細は、ブログをご覧ください♪）

HPのQRコード



是非、ご覧ください。
 デイサービスブログは実寿穂会HPに掲載しています。
 お問い合わせもお気軽にどうぞ！
 担当：原・桑原 ☎092-8552-8555

デイサービス おやつレクリエーション



デイサービスでは、月1回季節の食材を使ったメニューで、当日のおやつ(ご自身)を作り、“カフェタイム”で召し上がっていただいています。『おやつ作り』などの調理レクリエーションを通して、指先や手のひらを動かし巧緻性や協調性・集中力が向上することで、認知症予防に活かす目的があります。また、スタッフや他の方と会話し一緒に調理することは、心と体の活力を向上させます。「他の皆さんと一緒に自分で作ったおやつはなおさら美味しい！」と大好評です♪

デイサービス 脳トレ活動



学習療法 スタート!!

“認知症の予防・進行抑止改善のための非薬物療法”



計算・書写・言葉パズル・間違い探し・塗り絵など、たくさんの教材からご自身に合った脳トレーニングの取り組みをしていただけます。また、KUMONが開発した『学習療法』がスタートしました！学習療法とは、読み書き・計算・コミュニケーションにより、脳の活性化を促し認知症予防や脳機能の維持・改善をはかるオリジナルプログラムです。『学習療法実践士』の資格を持ったデイサービス職員が対面で、笑顔で楽しく行っています♪

6/25(日)に恒例のスペシャルランチを開催。
 今回は“居酒屋風ランチ”がテーマ♪たくさんの
 の笑顔をいただけたので嬉しかったです！

ディエス有田の様子

