



# シエスタ おひるねタイム

デイケア 令和6年4月号



「シエスタ」とは、スペイン語で「お昼寝」の意味です

<3月の行事レク>

## ひな祭り会♥

3月12日・13日にひな祭り会を行ないました。スプーンを使ってボールを容器に入れたり、お雛様お内裏様のひもをたぐり寄せたり、手のリハビリにもなるゲームで楽しみました。



## 絵手紙教室



## 皆さんで貼り絵



## シエスタ健康教室

3月13日阿品市民センターにてシエスタ健康教室を開催しました。今回は管理栄養士から「生活習慣病予防の食事について」「小さなお子様の栄養について」、土肥施設長から「健康長寿の為の調理法」をお話しました。老若男女約25名の方に参加していただき、皆様熱心に聞いてくださっていました。



## 生活の変化等についての情報提供のお願い

デイケアでは、ご自宅での様子をできるだけ把握し、転倒等の事故防止やケアの質の向上に努めています。以下のような事がございましたらご連絡をお願いします。

- ①ご自宅でのアクシデントや体調不良、今までと変わった様子： 自宅で転んだ、数日前発熱した、食欲がない(食事形態の変化)、よくむせる、歩く時にふらつく、身体に痛みがある、物忘れが多くなった…等
- ②福祉用具や生活用具の変化： 杖や歩行器などを買い替えた(借り換えた)…等
- ③服薬の変更： 薬が増えた(減った)、種類が変わった…等
- ④受診について： 受診して病名がついた、主治医が変わった…等