

優しい風



着付けをして頂き
ありがとうございました。
みんな笑顔です。

思い出写真館



皆さま 立てばシャクヤク
座ればボタン、歩く姿は百合のよう…



まあ、カブトムシ。
腕に乗せてあげました。



すてきな笑顔です。



どれどれ。



すいか割り。上手に割れるかな。



ボランティアの学生のみなさま
良い体験ができましたね。



両宮の里 お誕生日会です。
いつまでもお元気で…

お気軽にお問い合わせください。

小規模多機能型居宅介護事業所 両宮の里	3392200030	担当 大森
居宅介護支援	3372200588	担当 神達
訪問介護サービス	3372200455	担当 坂根・富原
通所介護(デイサービス)亀池荘	3372200455	担当 宇野
通所介護(デイサービス)さんぼ道	3370106167	担当 佐々木
グループホーム 桃の里	3392200055	担当 松尾
〒709-0824 岡山県赤磐市穂崎 888-4	電話番号	086-229-9300

■東北地方太平洋沖地震において被災された皆さまに心よりお見舞い申し上げます。

○ 小規模多機能型居宅介護事業所 両宮の里 ○

暑い夏が過ぎ去ろうとしています。しかし残暑厳しいですが両宮の里は元気です。

8月はいろいろな行事がありました。夏のボランティアで学生の皆様が参加して下さいご利用者さまも元気をさらに頂きました。そして夏らしく着付けのボランティアにお越し頂き浴衣を着せて頂きました。そして記念撮影をしました。皆様浴衣がとてもお似合いで着こなしていらっしゃいました。お菓子作りでかき氷も体験して頂きキーンと冷えた氷を堪能しました。

☆9月の行事予定☆ お誕生日会、買い物ツアー、おやつ作りなど

○ 訪問介護事業所 ○

9月に入りました。涼しい日や暑い日の気温差で体温調整が難しい気候ですね。気温の差が激しいと体調を崩しやすく血管の収縮などの疾患を引き起こしやすい時期でもあります。室温調整や上着の脱着などで健康維持を心がけましょう。

さて、9月9日は重陽の節句です。酒に菊の花をうかべた菊酒を飲み干すと長寿が約束されるとの言い伝えです。菊は開花時期が長い事から長寿を表す縁起の良い花とされています。初秋に入り過ごし易い日が多くなります。実りの秋に向けお体を大切に頑張りましょう。



秋は空が高くきれいですね。
天高く馬肥ゆる秋。
空を見上げてみませんか。

○ 居宅介護支援事業所 ○

季節の変わり目ですね。体調だけでなく介護に疲れた！などと感じられた時には一人で悩まず、何でもご相談下さい。プランを作成する事だけが居宅介護支援の仕事ではありません。気軽にお越し下さい。お待ちしております。

○ グループホーム 桃の里 ○

8月30日に夏祭りを行いました。ボランティアの方々による太鼓、ゲームで楽しまれ、食事はなんとバイキングで楽しそうにおかずなどをお皿に盛り付けて笑顔になりました。皆様お腹いっぱいになられた様子でした。

心と心の絆が深まり来年も企画してみようと思っています。一昨年はそうめん流し、昨年は運動会を開催しご利用者様、ご家族様、スタッフが一緒に楽しむことが出来ました。スタッフ一同ご利用者様の楽しむ姿は喜びであり、今後も一層の努力をして参ります。いつも関係者の皆様のご協力ありがとうございます。

○ 看護師 ○

心地よい目覚めについて

- ① 寝る前には楽しいことを考える。
- ② 90分の倍数（7.5時間など）の睡眠が目覚めがよい。
- ③ 目覚めたら 布団の上で背伸びをする
上体を起こし腕を前に伸ばして指も伸ばす
- ④ 太陽に向かって深呼吸をする。



○ デイサービス 亀池荘 ○

暑い夏でしたね。8月はお盆など行事があり、みなさんも、「今日、みんな帰ってくるんよ！」「一緒にお出かけする！」などとスタッフにお話をしてくださいました。

また、ボランティアでは、中学生の方が来て、皆さんと一緒に、創作やお話をし過ごされました。そして、万華鏡を作りました♪ 一人一人、自分だけの、世界に1つだけのものが出来て、喜んでくださいました。

○ デイサービス さんぽ道 ○

8月に入り、猛暑が続いております。あちこちで聞こえる蝉の鳴き声が暑さを増しているように感じます。8月より、体操プログラムに、「よっこらどっこい体操」という全身運動を取り入れています。約15分位の体操で、若いスタッフでも息が上がる位のものですが、皆さん頑張っておられます。

8月は、ご利用者の林様が誕生日を迎えられ、お祝いを皆様でしました。お誕生日おめでとうございます。いつまでもお元気で