デイサービス　藤の華

5月頃は季節の変わり目でもあり、急に涼しくなったり暑くなったりと不安定な気候です。それによって体調も崩すことが増えます。
予防のポイントとして、規則正しい生活や楽しみを持つ事がとても大切です。
デイサービスは本来の生活の一部である「入浴」「食事」「運動」「娯楽」などを送迎付きで提供します。
入浴は、銭湯のような広いお風呂・一人で入れる家庭用お風呂・車椅子の方でも安全に入れる専用のお風呂など、状態に応じて入ることができます。
食事は、管理栄養士によるバランスの摂れた献立で、疾患をお持ちの方でも安心して食事を摂っていただけます。
食事前には誤嚥予防のために「パ・タ・カ・ラ」体操をして飲込みを活発にしたり、皆様で食事をする事で食欲増進となって、楽しく食事ができます。
食後は認知症予防に向けた運動として、歌を歌いながら手足を同時に動かす「コグニサイズ」や、失禁予防による骨盤底筋体操、全身の柔軟性や筋力アップのためのグループ体操を皆様と一緒に行っています。また機能訓練指導員による歩行練習や動作改善、マッサージや個別での体操も行なっており、それぞれの体に合わせた機能訓練が受けられます。
午後からのレクリエーションでは、日替わりで手芸や書道を講師と一緒に行ったり、脳や体を使ったゲーム・カラオケで皆様と楽しい時間を過ごします。
利用者様のご希望により、おやつと合わせたレクリエーションで
4月は『たこ焼き』、5月は『お好み焼き』を利用者様にお手伝いしていただき、楽しくいただきました。
利用者様からは…
「昔はよく子供に作ってあげたわ～」
「久しぶりに食べて美味しかった」
「こんな私でも役に立てて嬉しい」
などのお声を聞かせていただきました。
徐々に、
「面倒やし、しんどい」
「体が動きにくいので、するのが不安」
「危ないからと家族から止められている」
と色々な理由からお料理をする機会が減っている方も多いのではないでしょうか？
デイサービス藤の華では、スタッフが一緒にできる事を楽しみながら、
いつまでも自分らしく在宅生活が送れるように支援させていただきます。









