



# さわがに



あさみぞデイケアセンター便り

第70号

7月の第3月曜日は海の日です。その趣旨として、「海の恩恵に感謝するとともに、海洋国日本の繁栄を願う」日としています。海の日には国民の心身を癒し、沢山の海洋資源を与えてくれる海に感謝するのも良いかもしれません。ちなみに海のない奈良県では、海の日と同じ7月の第3月曜日を「奈良県山の日・川の日」とすることを条例で定めているそうです。

2017年(平成29年)7月1日  
発行：社会福祉法人 喜楽会  
あさみぞデイケアセンター  
住所：〒252-0335  
相模原市南区下溝2305番地  
電話：042-778-1811

▼原当麻からスタートです!!



前走者から受けたタスキは重い!!

まだまだ前半戦!!  
各走者も元気一杯です



▲各事業所で休憩をしながら走行

▼当法人のあさみぞハウスにも立ち寄り



沢山のご利用者と職員に出迎えて貰いました!!

麻溝地区もオレンジに染まった!!

らんとも  
6月3日(土) RUN伴+相模原に参加!!

皆さんお疲れ様でした!!  
さがみんも一緒に



▲麻溝を走った皆さんと記念撮影!!

▼何とか制限時間内にゴール



陽光台で待機されていた次走者へタスキをつなげました!!

約4キロを走り、  
疲れが出てきた頃でしたが、  
ご利用の皆さんから元気を  
いただきました!!



▲当センターにも立ち寄りしました!!

らんとも  
RUN伴+相模原ってなあに?

「RUN伴+相模原」とは「認知症になっても安心して暮らせる町づくり」を地域へ広げる行事です。駅伝の様にタスキをつなぎ、市内を駆け巡ります。参加者は歩いたり走ったり、又は自転車や車椅子を使って移動します。子どもから大人までの幅広い世代が参加できる行事です。今回は、RUN伴+相模原に当法人より2名の職員が参加し、お揃いのオレンジのTシャツを着てタスキをつなぎ、地域の方々と交流を深めさせていただきました!!



# 「高齢者は脱水に特に注意が必要!!」

脱水症では、目まいやふらつき、頭痛等の症状が見られます。重度になると、嘔吐や意識障害、けいれんといった症状も出ますが、そうなる前に治療することが必要です。高齢者は体内の5割が水分で通常の成人より水分量が少ない為、普段より多く汗をかくだけでも脱水症を起こすことがあります。水分が不足していると、食欲不振から食事量が減少、更に脱水症が進行…という悪循環に陥りがちです。特に認知症の高齢者の場合、自律神経の動きが悪くなっている為、脱水症を起こしやすいと言えます。しかも、判断力が低下しているので自分では脱水症だと気付くことが出来ず、周囲の人の気配りが必要となります。



## おとなの学校 メソッド

▼DVD教材を観ながら

本日の授業は…  
**体育**



この日の授業は、体育です。

おとなの学校メソッドには、教科書と筆記用具を使用する授業以外にも、DVDの教材を鑑賞しながら身体を動かす、体育の授業もあります。この日は、皆さんにDVDの教材に合わせて「ぎゅぎゅっと体操」に挑戦してもらい、身体を動かして



▲音楽に合わせて体操をします!!

いていただきました!!



## わくわくショッピング

昨年、好評をいただいた、デイサービスの新しい形式の野外リハビリ「わくわくショッピング」を今年も実施いたしました!!この日は、歩行訓練を兼ねて、イトーヨーカドー古淵店のフードコートで好きなメニューを選択していただき、昼食をとって貰いました。



▲選んだ物を食べるのが楽しみ!!

## 今日のメニュー ～天ざるそば～



6月14日(水)のそば打ちの日の昼食メニューは天ざるそばです! 天ぷらは海老、きす、まいたけ、ピーマン、なすと種類豊富で色鮮やか! 皆さん、音を立ててそばを勢い良く召し上がられ、「美味しかった」との声も沢山いただきました!!

### 【デイサービス 7・8月行事予定】

書道教室①……………7/ 4(火)・8/ 8(火)  
 手作り工房……………7/18(火)・8/23(水)  
 手作り喫茶……………7/20(木)・8/18(金)  
 書道教室②……………7/22(土)・8/26(土)  
 誕生会……………7/28(金)

### 【ショートステイ 7・8月行事予定】

喫茶……………7/ 1(土)・8/ 5(土)  
 理美容……………7/ 3(月)・8/ 7(月)  
 十二天神社例祭…7/23(日)  
 誕生会……………7/28(金)

- ◎ 行事予定については、都合により変更することがありますので、ご了承下さい。
- ◎ ご家族のご見学、ご意見、ご要望等、いつでも受け付けておりますので、お気軽にお申し出下さい。
- ◎ 広報誌「さわがに」は、当法人のホームページからもご覧いただけます。