

チャリティ活動

チャリティとは、慈しみや愛という意味のラテン語から派生した言葉で、困っている人を思いやり、無償で助けようとする心や行いをさします。

ご利用者は日々活動の場で「他者や社会のために自分の持つ何か」を提供しようと模索しています。今回は発揮できるタイミングがCafé Unis Unisでの委託販売でした。社会貢献を実感できる役割を再び担うことで、少しでもやりがいや生きがいに繋がれば良いですね♪



園芸療法 うすいえんどう、玉葱

深野の園芸部長Oさんよりコメントいただきました(*´艸`)

玉葱は収穫時期前に茎が倒れる。倒れるところに水が溜まると腐ってしまうから梅雨前に収穫した方がいい。収穫したら干して水分を取り、乾かして新聞にくるんで湿度の低いところで保存すること。玉葱にも種類があって、早生(わせ)・中生(なかて)・晩生(おくて)と種まきから収穫までの成長期間によって呼び名だけでなく、味も変わる。新玉葱は早く食べたほうが美味しい。豆類やナス科は連作を嫌うから収穫後には芋を梅雨までに植えるのがおすすめ。



Oさん、いつも園芸の知識からお手入れまでありがとうございます！早速、茎が倒れてきたので、梅雨前にご利用者に手伝って頂きたいと収穫しました。とっても立派で美味しそうで、みんなで洗って、茎の部分も小口切りにし調理活動で美味しく頂きました！



調理活動

芋餅・ちらし寿司
ピザ・ねぎ焼き

芋餅の芋はBさんから頂きました。いつもありがとうございます！ピザ、ちらし寿司の食材の一部はデイの畑から収穫したものです。



今月の俳句

小雨降る 音に重なる 刻の声
しとしと 紫陽花開く 雨の露
五月雨や ひとつの傘を 待つ夕べ
水たまり 映る青空 梅雨の晴れ
影法師 いちばん縮む 夏至の昼



デイセンター リハビリプラザ深野

大阪北第2営業所 〒574-0072 大東市深野5-3-22

●TEL 072-875-2525 (相談窓口：阪上)

ハートケアグループ
デイサービスの
ホームページは
こちら！



自主学習の時間

脳トレ
塗り絵

数計算
その他

インタビュー

今回も学習意欲の高い利用者さんたちにお話を聞いてみました！ご利用者一人ひとりのペースを大切にしながら、楽しく取り組んでいただける環境づくりを行っています！

リハビリプラザ深野では、自主学習の時間を設けています \ (◎o◎) / !

ご利用者それぞれ、ご自身の興味や得意なことに合わせて脳トレや計算、漢字学習、読書、クロスワード、まちがい探し、塗り絵などに取り組まれています。自主学習は認知機能維持・向上だけでなく「できた！」という達成感や自信につながる大切な活動です！



Aさん

計算プリントは簡単なしてるのよ。頭に言葉がひらめかなくて、お話することがないから何かしておかなきゃと思って。中学から計算が得意で、自分が計算できることで満足しているの。何にもしない人に勧めてる。やる事が大事だから。最初は九九なんかも忘れてたけど、やっていくうちに思い出してくれた人もいる。クロスワードもお勧め。身体も年老いていくから。年と共に常にやる気が必要よ！色を塗ることもそうだけど、毎日やるのが大切。



Uさん

塗り絵。昔から絵を描いてるからな。趣味であり生き甲斐だな。ひとつの色を2つ3つあわせなきゃ面白くない。自分の感性で塗る。嫌いじゃできないだろうなあ。やる前に頭に入れて塗る。指を動かし眼で見るから脳トレにもなるけど好きでしてるしな（笑）

Sさん

まちがい探しが一番簡単やから。数独は根気がいるけどたまに。時間潰すためにやってるから、何もせんかったらボケる…頭の刺激にいい。ちょうどいいレベルで簡単やし。歌聴きながらでもできるけど、数独は根気いるし聴きながらは無理（笑）

Oさん

まちがい探し。ボケ防止と楽しみ。いつも（席に）おいてあることがまず嬉しい。しゃべりながらもできる。周りの人とも一緒にして盛り上がる。自分の好きなことができるからここはいいわ。みんな楽しんでやってるから。自主学習めんどくさがってやらん人もおるけど…わざとしない人に渡すと興味持ってみんなしはるよ（笑）

Yさん

まちがい探しは暇つぶし、ボーッとしてるより頭を動かした方がいいかな。隣の人と同じのをして答え合わせするのが2人で1個の感じで楽しい。会話も弾む。意見を交換して助け合える。家では数独もしてるけど、おしゃべりが一番のリハビリ。



Yさん

点つなぎイラストが出る脳トレ。娘が買ってきたのがきっかけ。暇つぶしだけど、熱中してやめられへんねん。答えが次号とかなので毎回買ってしまう。しだしたら止められへんからトイレも忘れる。楽しいより意地でやってる（笑笑）



レクリエーション（カラオケ） みんなで歌おう♪

口腔機能向上と誤嚥防止

歌うことで口の周りや舌の筋肉を動かし唾液の分泌が増え、口腔内の清潔保持や誤嚥防止に効果的です。フレイル予防や、栄養摂取・体力維持にもつながります。



認知機能の活性化と認知症予防

歌詞を思い出したり、音程やリズムに合わせて歌うことで記憶力や注意力の向上が期待できます。新しい曲を覚えたり歌う曲を考えることで脳も刺激されます！

