

# ケアサポートだより

R6年9月号

残暑お見舞い申し上げます



今回から恵み野ケアサポート情報をお届けいたします。

今年の夏は昨年と比べると猛暑日も少なく、過ごしやすい夏だったのかもしれないですね。

当施設では新型コロナ感染のリスクから、多数の集会や外部の方々の入館を控えさせておりましたが、少しずつですが、開放に向け活動し始めました。「どんなことをしているのか」「今後の予定」等をお伝えしたいと思いますので、ご参照いただければ幸いです。

## ケアサポートまつり

新型コロナ感染予防緩和のため、5年ぶりに開催することができました。入所、通所利用者みなさんが一同に会し、お祭り会食やアトラクションでお楽しみいただきました。



マジックショー



演歌歌謡ショー

## めざせエスコンフィールド!

「今年の日本ハムはちがうぞ!」

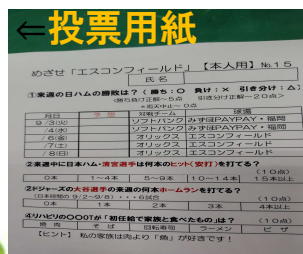
そこで、通所の方々に、日ハムの勝ち負けやドジャーズの大谷選手のホームラン数等の予想をしてもらい、当たった点数を競っていただいています。

毎月、月間MVP賞、大谷賞やラッキー賞(もちろん景品がもらえます)を表彰しています。

そして、日本シリーズ終了後、年間MVP賞を決定いたします。当選利用者の方には、**来春の日本ハム戦にご招待**いたします(当然、送迎、介護付きです)。



毎週1回結果を  
掲示して発表



月間MVP当選者

# 「秋」に向けてのワンポイントアドバイス

## <看護師から>

気温の変化が大きく、体調管理に注意が必要な時期です。夏の疲れが出る時期ですので、しっかり**睡眠をとる**ことをお勧めください。



## <リハビリから>

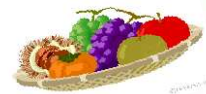
これからの時期は日中の朝晩の寒暖差が大きくなるので、体調不良をなります。**軽い運動**を行って、血行を良くして胃腸の起こしやすく働きを改善する効果があります。

## <栄養士から> **秋といえば「食欲の秋」!**

果物・きのこ・鮭・さつまいも・・・と美味しい旬な食材は**栄養価が高い**ので積極的に摂るようにすすめましょう! ただし、食べ過ぎには注意!



## 9月の行事予定



9/ 9 (月) 買物ツアー (通所)

9/11 (水) 敬老会+歌謡ショー

**山本裕美子歌謡ショー**

(フムサツ 所属)

NHKのど自慢全国チャンピオン

9/18 (水) **ヤマハ・音楽の会**

\*今後、習字教室・将棋・麻雀クラブ等を予定 (調整中) しています。

## 利用状況

(R6年8月末現在)

入所	男性	女性	備考
長期入所	○	○	
短期入所	○	○	日程はご相談下さい

通所	月	火	水	木	金	土
介護	○	○	○	○	○	△
予防	○	○	○	○	○	△

\*お問い合わせ先: 0123-37-5060 (支援相談員: 藤田・赤塚・杉原)