

阿南中部高齢者 お世話センターだより

令和6年冬号 令和6年12月1日発行

＜発行＞ 社会福祉法人 双葉会
阿南中部高齢者お世話センター
阿南市見能林町南林260-7
電話 0884-23-3728
FAX 0884-23-5911



橘公民館で介護予防教室を開催しました

昨年も大好評だった介護予防教室(脳若トレーニング)を今年も開催しました。今回も認知症に関する話と、認知症予防になるタブレット(i-pad)とプリントを活用した視覚及び指先からの刺激による脳活性化を教えていただきました。参加された皆さんからは大変好評をいただいております。今年の各地区での介護予防教室は、これにて終了。また来年です。講師をしていただいた株式会社ポスト・ウェブ 田中 恭子先生、参加者の皆さま、お疲れさまでした。来年は、どんな内容にしようかな?(*'▽')次の企画も楽しみに待っててください。



公民館祭・文化祭で健康測定と相談会を行いました

秋の活動しやすい季節に各地区で、公民館祭や文化祭が行われました。毎年 お世話センターは健康測定・相談会をスペースをお借りして行っています。「数字を見てしまったら気になって仕方なくなるかも」「測った事がない」等と言いながら、測定に来てくださった住民の方々も、結果を伝えながら今後の生活の注意点をお話することで、納得して帰られました。毎月第1金曜日10:30~12:00まで、ハローズ津乃峰店の飲食スペースで測定会をしていることもお知らせしました。これからもリピーターで来てくださることを願って、今後も活動していきます!!



見能林地区の地域交流活動に参加してきました

11月6日 見能林公民館で幼稚園の子供たちと高齢者の地域交流会に参加してきました。まり入れやリズム体操などを行い、一緒に楽しい時間を過ごしました。ご近所デイサービスの参加者皆で作った紙のヘリコプターを飛ばすと、子供達がワッと歓声をあげて楽しそうに拾っていました。子供も高齢者も笑顔がキラキラして、お互いに良いふれあいの機会になっているな~(*'▽')これからも続いていくんだろうなと感じました。



後見制度についての勉強会をしました

9月30日みのばやしご近所デイサービス、10月8日桑野ほほえみご近所デイサービスで、リーガルサポートセンター坂田司法書士による後見制度についての講演がありました。難しい後見制度について、スライドと冊子を用いてわかりやすく説明してくださいました。皆さん、真剣な眼差しで聞いていました。



寒くなってきたので、引き続き感染対策を!!

寒くなって空気も乾燥してきました。風邪、インフルエンザの流行が心配されます。また、コロナウイルス感染症の感染も心配ですね。基本的な感染対策は、継続されていると思いますが、改めて「うつらない・うつさない」を意識して生活しましょう。乾燥対策には、加湿が大事になりますが、加湿器の使用や濡れタオルを干す、お湯による加湿...方法は人それぞれ。水分をしっかり摂って喉を潤すことも1つですね。運動して代謝も上げて、バランスの良い食事や暖かい食事をもって、元気に乗り切りましょう~(*^-^*) ジブソパースデガンバロウ

職員のつぶやき...

本格的に寒い! 年末年始も近づいてきたし、
なんだか気分的にせわしいけど、お正月楽し
しみ♡

