



老眼鏡



主任支援員 甲斐晃子

令和4.7月 385号
【つくし園】
〒791-8041
松山市北吉田町
77-34
Tel(089)951-5331
FAX(089)951-5348

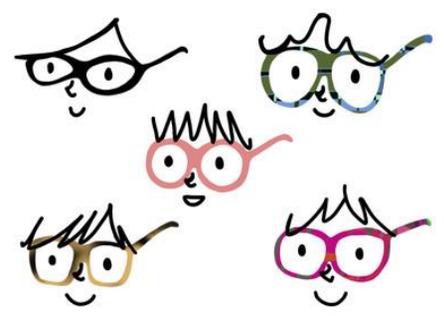
数年前から老眼鏡が手放せなくなりました。特に朝や夕方になると携帯電話の文字がぼやけています。読むのに必死、返信するのも必死です。新聞を読んだり、買い物中に商品の賞味期限や成分表を見るのに一苦勞です。腕を精一杯伸ばし離してみても小さい文字が見えません。最近では老眼鏡をさつと出せるように自宅、車、職場…と準備万端です。

つくし園には私と同世代の方が多くいらっしやいます。あれほど好きだった細かい手芸に最近興味を示さなくなった利用者の方、創作活動でこれまではすぐにできていたことが難しくなった利用者の方。もしかしたら老眼鏡が必要なかもしれません。

老眼だけでなく様々な体の変化を感じる今日この頃です。以前より疲れやすくなったり、忘れっぽくなったり、食の好みや量も変わってきました。最近では湿度の高い日に上靴が床に引っかかることがありました。足がしつかり上がっていないことを実感しました。

つくし園での、週に一度のスポーツレクリエーションや体力作りなど体を動かす活動では年数を重ねるうちに利用者の方が無理なく取り組むことができるように内容が変化してきました。

それでも体力作りではウォーキング、体幹トレーニング、ストレッチなどが楽しくできるように工夫して実施しています。老化に負けず利用者の方と共に元気に楽しく過ごしていきたいと思っています。



法人内各種委員会

私ども社会福祉法人松山手をつなぐ育成会では、遅ればせながら昨年度『防災委員会』『感染症対策委員会』『虐待防止・身体拘束等適正化委員会』の3つの委員会を発足させました。どの委員会も法人内の各事業所が利用者の方にとって安心して安全なものであるように活動しています。

中でもつくし園では虐待防止(=人権擁護)について支援者間で考える機会を多く持つようにしています。虐待とは『不適切な支援』から始まっていくものです。であれば、常に『適切な支援』『利用者の方々の思いに沿った支援』に努めることで自ずと人権擁護につながっていくものと思います。お気づきの点がありましたら、些細なことでもかまいません。お知らせいただけますと幸いです。

7月の開園日

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

16日土曜日は開園日です。

7月の行事予定

- 7日(木)・・・内科検診
- 8日(金)・・・夏祭り(園内)
- 15日(金)・・・誕生会
- 27日(水)・・・避難訓練
- 29日(金)・・・月末大掃除



デザートパーティー♪



6月のお楽しみは『デザートパーティー』です。
 以前、人気だったパンケーキに色々な物をトッピングして食べるイベントをヒントに『バフェやプリンアラモードのようなデザートを作って食べよう!』と企画しました。

チョコとバニラのアイスクリーム、パンケーキ、ホイップクリーム、チョコソース、冷凍カットイチゴ、バナナ、メロン、コアラのマーチ、ポッキーなど色々な材料を準備して、それぞれに盛り付けてもらいました。

アイスクリームをワイルドに盛り付ける方。すべてのトッピングを丁寧に盛り付ける方。生け花のようにポッキーを大胆に挿している方。などなど、それぞれの個性あふれるデザートができあがりました。



どれをのせようかな



とはいっても、カロリーや糖質を気にしなければならぬ方もおられ、悩ましいところではありましたが、そんな方にも! 最近では糖質カット、カロリー控えめの食品がたくさん発売されています。それを利用しておいしく、でも身体を気遣ったデザートを召し上がっていただきました。

7月のお楽しみは今年で3回目の『夏祭り』の予定です。すでにみなさん「今年は焼きそばある?」「スイカ割りしようね。」と、楽しみにしておられます。

支援者一同、工夫をこらしてみなさんに楽しんでいただけるよう準備を進めています。当日の様子は来月の『つくし園だより』でご覧ください。



クリーム大盛りサービスに
 来ました~



レッツ パーティー♪