

# カマキリ

No.12  
2015年4月1日 発行



3月の地域サロンでは、たのしかった！、おもしろかった！ 講座の  
人気投票なども取り入れた おしゃべり会をしました。

## 4月. 介護サービスの学習



申請の仕方から  
認定、そして  
サービスの利用まで、  
...を説明。

高齢福祉課の近藤さん

知っているようで  
判っていないかったこと  
などがあり 整理  
することができました。

Kさん

## 5月. ハンドマッサージ

★ 氣功法などを体験。

ゆったり 背骨ゆらし、  
効果的な呼吸法など  
たのしく体験。

## 6月. 上手につきあおう 認知症



おしゃべり人形  
かぼちゃん

このあと購入してみました。  
夫は本気で付き合ってしまう事もあ  
りケレカが 始まることも...びくり  
です。 使い方がいろいろあり  
考之中です。

## 7月. パッククッキング 夏お介護食



- メニュー・ホワイトケミカルスープ
- ・リゾット
- ・ユニーゼリー
- ・やきそば

災害時にも  
役立つから  
しっかり  
おぼえました。

## 8月. 口の手入れ、飲みこみサポート

- ・口の中の手入れは健康につな  
がるということを学習
- ・飲みこみが良くなる  
えん下体操を体験。



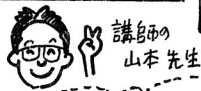
Aさん

口の中を清潔にすることが  
どんなに大事なことが リアルな映  
像と先生の説明で 納得しま  
したので それからは 食後のブラッ  
シング ていねいにやっています。

一番人  
気の  
講座  
でした

## 9月. 介護用品の展示会

- ・レンタルできる  
最新のバット、車イス、  
歩行車、杖、電動カート、  
など、お話し体験



講師の  
山本先生

山本先生の指導は とてもたのしくて  
大笑いしながらの体操でした。  
判りやすく 納得の内容でした  
アッコール

Mさん

## 10月. サンQ体操

- ・転倒予防になる体操。

サンQ体操のサンは

1. 筋力をつける
2. バランス力をつける
3. 二重課題能力を  
つける



## 11月. 施設見学会

- ・みよしの里の  
グループホーム
- ・住宅型有料老人ホーム  
エルシー長久手

毎年追加  
99名

## 12月. 季節を感じる小物づくり



ふわふわの  
ひつじ  
フェルト羊毛の仕上げで  
気持ちもふわ!!



## 2月. 特養「安立荘」で回想法体験



施設長の  
古山さん

- ・安立荘内の道具、遊具などを  
見ていると 思い出が言葉に  
なり、会話が生まれ、交流が  
ふえるんです。

入所者の一日の生活も  
伺い安心しました。  
施設の中の見学は初めて  
だったので ていねいな案内が  
うれしかったです。

Sさん

## 2015年1月. 野口先生のリラックス体操



ストレッチ



スクワット

- ・一日 何度でもできる 筋力しや  
ストレッチをまねびました  
後半のおたのみ小物づくりは  
毎回 大好きです。

おぼえた体操は ちよとした時間  
にはいつも やっているんですよ  
体がシャキ!!

Kさん

## 3月. 1年を振り返って

- ・「たのしくて、ためになる講座  
ばかりでしたよ...」と  
うれしいご意見いただきました



スタッフ一同

2015年度、  
きたよし地区(2ヶ所)で  
ミニサロンを開催します。  
ぜひ 遊びに来て下さい!!



スタッフは  
ウラを見  
て下さい

## 2015年度の地域サロンのスケジュール表

4月 22日(水)10:30~12:30	■ 福祉センター-2F (参) 250円	サービス変更点について
5月 13日(水)	〃	おふろで健康づくり (炭酸泉など)
6月 10日(水)	■ 明越会館-調理室	パッキング
7月 15日(水)	■ 特養「安立荘」	暮らし快適に (トイレとおむつの使い方)
8月 12日(水)	■ 福祉センター-2F	上手な薬とのつき合い方
9月 9日(水)	〃	上手に使おう介護食
10月 21日(水)10:00~15:00	バスでゆく施設見学会 (参) 250円+昼食代	
11月 18日(水)10:30~12:30	■ 福祉センター-2F (参) 250円	転倒予防にサンQ体操
12月 9日(水)	〃	季節を感じる小物づくり
1月 13日(水)	〃	リラックス体操とおたのしみ小物づくり
2月 10日(水)	〃	体験してみよう口腔ケアのブラッシング法
3月 9日(水)	〃	みんなで作ろう懐かしい歌・keikos kouji ライブ

## 2015年度の地域ミニサロンのスケジュール表

三好丘交流センター (偶数月)	福谷老人憩いの家 (奇数月)
4月 28日(火)10:30~12:00	
6月 23日(火)	5月 28日(木)10:30~12:00
8月 25日(火)	7月 23日(木)
10月 27日(火)	9月 24日(木)
12月 22日(火)	11月 26日(木)
2月 23日(火)	1月 28日(木)
	3月 24日(木)

介護者とおしのおしゃべりタイムのほか、楽しい企画も用意します。ぜひ遊びに来て下さい!!



■ 参加費 100円

■ お問い合わせ、お申し込みは...

みよし市高齢福祉課

0561-32-8009

NPO法人・あいちNPO市民ネットワークセンター

090-4164-1606