

# デイケアだより 2020年6月号

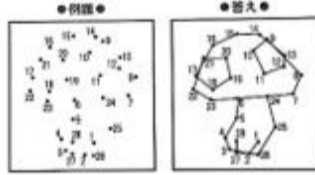
爽やかな気候が続いています。皆様お元気にお過ごしでしょうか。これからいよいよ本格的な梅雨が到来します。ご家庭での湿度対策は万全ですか？今の時期、望ましい室内湿度の目安は55%~65%といわれていますが、これからの時期、家の中の湿度は、80%以上にもなります。またこの季節、家の中では温度も高くなりますので、カビやダニが発生しやすくなります。こまめな掃除をこころがけ、除湿機やエアコンの除湿機能を効果的に使い、室内の空気を快適に保つようにしましょう。

適切な湿度を調整するという事は、私達の健康を保つ為に大切なことです。日々の湿度管理に気を配り、いつまでも快適な住まいで健康的な生活を楽しみたいものです。



## 点つなぎ

今、デイで大好評をいただいています点つなぎについてご紹介させていただきます。ルールはとっても簡単で1, 2, 3の順に点と点を線でつないでいくと絵が現れるというものです。点つなぎは一つ作るのにかなりの時間を要し、描けるものが途中で分からないように工夫して作られています。出た絵が分かりにくい時は作品を離して遠くから見ると分かりやすいと思います。解き方は一つですが、楽しみ方は人それぞれ。定規をあててキッチリ線を引いてもいいし、多少曲がっていてもフリーハンドで引くもよし。使う筆記用具も自由です。また、出来上がった絵で塗り絵をされる方もおられます。自分の好きなように楽しめるというのが点つなぎの一番の魅力だと思います。皆様も自分なりの楽しみ方をぜひ見つけてください。



## レクリエーション活動の紹介

**お楽しみ会** 先月の5日、“端午の節句お楽しみ会”が開催されました。まず行事の由来について理解を深めたのち、5月の歌を合唱。次に〇×クイズとビンゴ大会で盛り上がり、あっという間の1時間でした。

午前中は菖蒲湯で暖まりました



## 壁面飾り

先月からコツコツ取り組んでいた新緑の壁面飾りが見事完成！今回は菖蒲の花も仲間入り。葉っぱには利用者様それぞれ、願い事や挑戦したい事をしたためてもらいました。

医療法人 大泉会  
介護老人保健施設 〒594-1113 和泉市黒石町566番1  
**くろいし** 電話 0725-57-2266

## 6月行事カレンダー

☆くろいしでは身体を動かす事を目的に、時間を決めて以下の日替わりレクリエーションを行っています。  
また、それとは別に、塗り絵、折り紙、学習プリント等お好きな物にも取り組んで頂きます。  
おやつ後は皆様にカラオケを楽しんで頂いています。

月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6
脳トレ	ヨガ	リズム体操	総合体操	ヒーリング療法	☆おやつレク☆
8	9	10	11	12	13
音楽療法	セルフマッサージ	脳トレ	歌レク	総合体操	ヒーリング療法
15	16	17	18	19	20
セルフマッサージ	音楽療法	総合体操	☆おやつレク☆	ヨガ	リズム体操
22	23	24	25	26	27
総合体操	リズム体操	♪お楽しみ会♪	ヒーリング療法	音楽療法	ヨガ
29	30				
☆おやつレク☆	歌レク				

※変更する場合があります。ご了承下さい。

## くろいしデイケア 6月空き状況

月	火	水	木	金	土
○	○	○	○	○	○

○⇒余裕あり △⇒若干名 ×⇒空きなし



新規利用・体験利用・施設見学等  
お問い合わせは…  
☎(0725)57-2266  
デイケア担当:深井(ふかい)まで!