

今月の有名人



笑顔が素敵なおしゃべり大好き孝枝さん★

大阪生まれ、小学校四年生で戦争を体験されて近所のまさる君と入った防空壕でまさる君と最後のお別れをされた話が衝撃でした。戦争体験は何を聞いてもその時代の方たちを尊敬します。お見合い結婚された旦那さんは温厚で背が高く、美術の趣味で意気投合されたそうです(^_^)

結婚されてからはユリヤという洋裁やさんの下請けで働いていたこともあって洋裁はお手の物！

趣味は旅行とおっしゃられ、美味しいものを食べ

に行くのが好きとのこと。淡路島に旅行に行ったときは1人1尾の伊勢海老を食べたかったのに、5人で1尾しかなかったことを悔やまれていました。ディズニーランドとシーに行くのがお好きなようで、今も行きたいな〜と目を輝かせておられましたよ(^^)

これからも美味しいものを食べるに旅行に行ける機会が作れると良いですね♪



Happy Valentine

寿寿のバレンタインは、ホットケーキにチョコレートでデコレーション★
男性職員が頑張った手作りを皆さんに召し上がって頂きました(^_^)



3月の祝日

国民の祝日の一つ「春分の日」は、毎年20日か21日です。

「なぜ、固定されていないのか？」という、「春分の日とは、天文観測により、春分が起こるとされる日のことだから」です。「春分」とは、二十四節気(にじゅうしせっき)の一つです。「二十四節気ってなんぞや？」といいますと、これは1年を24等分した季節のことです。乱暴に言えば、「春夏秋冬」をもっと細かく分けた感じで、24等分したそれぞれに名称があります。二十四節気の一つである「春分」は、昼と夜の長さがほぼ等しくなると言われています。ちなみに、二十四節気の求め方には、現在「定気法(ていきほう)」というものが採用されています。これは、(見かけの)太陽が通る道に24のポイントを作って、各ポイントで太陽が通過する瞬間を〇〇とする方法です。たとえば、「春分」のポイントを太陽が3月20日に通過したら、春分の日は3月20日ということになります。自然を相手に決定しているので、日付が固定ではないんですね。春分の日の正式な日付は、前年の2月1日に決定されます。

寿寿たより

2019年3月号

カラオケ大会★



近所の喫茶店にコーヒーを
飲みに行きました！



都島公園に散歩！
暖かくて気持ち良い～

介護付き有料老人ホーム 寿寿ーことことー
編集責任者 米田 豊

イベントカレンダーとは・・・

3月 寿寿 イベントカレンダー						
日	月	火	水	木	金	土
2019 3 31					1 カット	2 カラオケ
4 避難訓練	5 トレーニング 学習	6 買い物	7 TV体操	8 外出	9 室内レク	10 カラオケ
11 マジック	12 たこ焼き屋	13 買い物	14 TV体操	15 たこ焼き屋	16 カラオケ	17 カラオケ
18 たこ焼き屋	19 買い物	20 TV体操	21 カット 外出	22 美容の日	23 カラオケ	24 カラオケ
25 トレーニング 学習	26 買い物	27 TV体操	28 100歳体操	29 室内レク	30 カラオケ	31 カラオケ

曜日・日にちごとにレクリエーションや外出、散髪の日等を記載しています。
フロアやエレベーターに掲示しているのでその日どんなレクリエーションがあるか一目瞭然です！

トレーニング・学習

ゴムチューブを使って足や手の可動域を広げたり、筋力維持・向上するトレーニングをしています。学習は漢字や算数のプリントや、塗り絵をして、お勉強も取り入れたレクリエーションにしています！



カラオケ

カラオケは趣味でもあり、発語にも良く、ストレス発散にもなりますね！
皆様年代はそれぞれで、70歳代～90歳代大きく年の離れている方では親子ほど！
曲のラインナップはバラバラですが、聞いて、歌って、楽しめるのは皆さん一緒ですね★

買い物・外出

寿寿の外に出て美味しい空気を吸うのが一番の目的という方や、日用品の買い物の為に万代に行かれる方、はたまたコーヒーやアイスクリームを食べにショッピングモールに行かれる方もいらっしゃいます！これからの時期は桜が見頃なのでお散歩が楽しみです★



だいたいの予定はこのような感じで毎月作成することになりました。

雨天中止や、職員の心変わりや、その日の内容が多少変更することもあります。ご了承ください！
今まで以上にバリエーションアップして、内容盛り沢山なレクリエーションも考えていますので楽しみにお待ちくださいね♪

参加してきました！

認知症 SOS 声掛け訓練

都島区では、定期的にさまざまな講習が開催されています。

今回はその中でも「認知症 SOS 声掛け訓練」という講習に参加してきました。

参加したのは寿寿の入居者様1名と、職員1名です。認知症とは？という説明から始まって記憶や認知障害を補う心地よいコミュニケーションについて勉強します。

実際に入居者様に「この声の掛けられ方はどう思いますか？」等と尋ねながら講習が進んでいきます。

認知症の方への具体的な対応のポイントについては

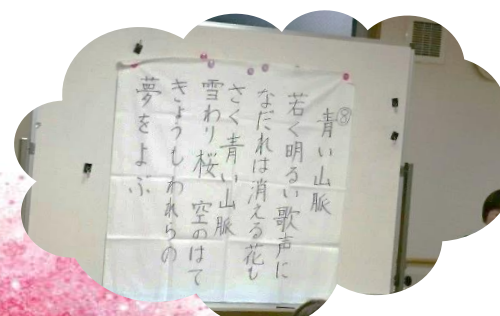
- ・まずは見守る
- ・相手に目線を合わせてやさしい口調で
- ・余裕を持って接する
- ・おだやかに、はっきりした滑舌で
- ・声を掛ける時は1人で
- ・相手の言葉に耳を傾けてゆっくり対応する
- ・後ろから声を掛けない

街中で不安そうに歩いている方がいたらまずは見守り、様子を伺うところから！

このような対応について分からないことや、もっと知りたい！があれば是非職員に聞いてみてくださいね★



ぞぞめ雪の会



歌のボランティアさんが来てくれました！
以前一度来て頂いた方たちなので、覚えて頂いた方もちらほら居たみたいです。
馴染みの曲が沢山の、歌いやすいものを
選曲してくれるので、職員もついつい口ずさんでしまいましたね(^^)
旦那様や、奥様との思い出の曲があれば、是非リクエストしてみてくださいね★
お応えしてくれるかもしれませんよ～♪

