

2023

5

月号  
(5月1日発行)


# デイケア通信

新緑が目には鮮やかな、すがすがしい季節となりました。新茶の季節ですが、新茶は、テアニンが豊富でリラックス効果が高いという特徴があります。また新茶を飲むと一年間健康でいられるというほど、様々な健康効果があり、高血糖予防や高血圧予防もでき、血管の健康を保つ働きがあるそうです。新茶を飲みながらゆっくり過ごすのもいいですね。



淡路島の温泉



吉野の洞川温泉

## ～職員特集～

介護士の中村泰士です。

4月1日よりデイケアへ異動になりました。

8年前から2階と3階フロア

で働かせてもらい、デイケアの勤務は初めてで緊張の日々です。皆様に色々のご指導いただきながら、お元気に過ごしていただくお手伝いのできたらと思っています。精一杯頑張りますので、よろしくお願ひします。最近の癒しは日帰り温泉です、左の写真は淡路島のイグニス淡路と洞川温泉です。



20230416

## ～4月の活動報告～

4月下旬「お花見ウォーキング」桜を見に公園や敷地内を散歩しました。桜の飾り付けを作成しデイケアも桜が満開になりました。



## ～5月のイベント～

5月5日（金）「端午の節句」

☞ 菖蒲湯と流鏝馬ゲームを予定しています。

5月6日（土）「理学療法士による体操」

☞ 排泄リハビリ体操を行います。

利用曜日でない方のご参加もお待ちしております。お気軽にご相談ください。

# 介護老人保健施設

## 奈良ベテルホーム 通所リハビリテーション5月予定表

	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
13:30~	5月といえば	5月といえば	棒体操	棒体操	「端午の節句」 流鏝馬ゲーム 	リハビリ体操 
14:00~	かきかた	かきかた	かきかた	かきかた		かきかた
	ヘルサポ	ヘルサポ	鑑賞会	鑑賞会		鑑賞会
	8	9	10	11	12	13
13:30~	タオル体操	タオル体操	連想ゲーム	連想ゲーム	棒体操	お楽しみ入浴 
		麻雀			絵手紙	鑑賞会
14:00~	かきかた	かきかた	かきかた	かきかた	かきかた	かきかた
	鯉のえさやり		カラーピンチ		ヘルサポ	
	15	16	17	18	19	20
13:30~	連想ゲーム	連想ゲーム	タオル体操	ボール体操	ボール体操	鑑賞会
			絵手紙	絵手紙	麻雀	
14:00~	かきかた	かきかた	かきかた	かきかた	かきかた	かきかた
	スリッパ飛ばし		ヘルサポ	ヘルサポ	鯉のえさやり	
	22	23	24	25	26	27
13:30~	クラフト	クラフト	クラフト	クラフト	クラフト	お楽しみ入浴 
	コグニサイズ	しりとりゲーム	ボードレク	タオル体操	タオル体操	鑑賞会
14:00~	かきかた	かきかた	かきかた	かきかた	かきかた	かきかた
	しりとりゲーム	鑑賞会	鑑賞会	脳トレ	脳トレ	
	29	30	31			
13:30~	ボール体操	コグニサイズ	しりとりゲーム			
	絵手紙	絵手紙				
14:00~	かきかた	かきかた	かきかた			
	ヘルサポ	ヘルサポ	フライ返しゲーム			

奈良ベテルホームではリハビリや入浴の他にも余暇を楽しんでいただくために、様々な活動をご提供しています。当日、内容が変更されることがあります。