

# よつばデイサービスだより 第5号

[発行] デイサービスセンター 四つ葉のクローバー 宇陀市菟田野古市場 470 番地  
TEL 0745-84-2950 FAX 0745-84-2686

## 管理者より

早いもので、今年も残すところわずかになりました。今年も1年、たくさんのご利用ありがとうございました。

4月にはフロアの増床工事により、皆様にはご迷惑をおかけしてしまい、申し訳ありませんでした。おかげさまで、増床により定員数も増えたため、徐々にではありますが、前にも増して活気のあるデイサービスとなってまいりました。

これからも職員一同力を合わせ、楽しく笑いのある、また安心してご利用いただけるサービスを提供させていただきます。来年もどうぞよろしく願いいたします。

インフルエンザも流行っておりますので、どうぞ体調を崩さず、良いお正月をお過ごしください。また来年、お元気な顔を見せていただけることを楽しみにしております。



## 四つ葉のクリスマス



ツリーの飾りは、ご利用者様方の作品です★  
紙コップに折り紙を貼り、思い思いに  
飾り付けていただきました♡



こちらは天井から吊り下げたクリスマスツリーです。ご利用者様にお手伝いいただき、スズランテープにマジックペンで、色どりの模様をつけていただきました。

## 1月の予定

- 14 (火) 散髪
- 10 (金) もちつき
- 20 (月) ~26 (日) イベント風呂
- 24 (金) 鍋パーティー
- 25 (土) 鍋パーティー
- 26 (日) 鍋パーティー

デイサービスの  
年末年始のお休みは

12/30~1/3 です。

# よつばデイサービスだより 第4号

【発行】デイサービスセンター 四つ葉のクローバー 宇陀市菟田野古市場 470 番地

TEL 0745-84-2950 FAX 0745-84-2686



## 紅葉見学に行きました

11月の中旬から、東吉野の天好園へ紅葉見学に行きました。赤や黄色の色とりどりの紅葉を楽しんでいただきました。皆様「きれいだったね」と喜んでおられました。



## コスモス畑 満開

皆様に色紙をちぎって、ひとつひとつ貼るお手伝いをしていただき、満開のコスモス畑ができました。ホールに飾らせていただいています。



## インフルエンザにご注意を！

インフルエンザの季節が近づいてきました。今年も、例年より早く流行の兆しがあるようです。

次のことに気をつけていただき、この冬を元気にお過ごしください。

- 😊 外出後には必ず手洗い・うがいをする。
- 😊 健康なうちに予防接種を受けておく。
- 😊 十分な睡眠をとり規則正しい生活を送る。
- 😊 栄養バランスの良い食事を心がける。
- 😊 部屋の湿度を50~60%にして、乾燥を防ぐ。
- 😊 できるだけ人混みを避ける。
- 😊 マスクを活用する。

## 12月の予定

- 9 (月) 散髪
- 20 (金) 尺八の演奏会
- 24 (火) クリスマス会



デイサービスの  
年末年始のお休みは  
12/30~1/3 です。





# よつばデイサービスだより 第3号

【発行】デイサービスセンター 四つ葉のクローバー 宇陀市菟田野古市場 470 番地

TEL 0745-84-2950 FAX 0745-84-2686

## 『大運動会』をしました！！

台風や大雨が続きましたが、皆様のところは大丈夫でしたか？

10/22(火)と23(水)には大運動会をしました。さわやかな秋晴れのもと、玉入れ、借り物競争など、スタッフと共に楽しく競技に参加していただきました。童心に返って勝負に熱が入り、思わず小走りになることも・・・？

普段よりたくさん歩行していただいたので、少しお疲れになったかもしれません。でも皆様口をそろえて「楽しかったヨ！」と言ってくれました。

あっというまの2日間でした。



## 『季節風呂』はじめました

10月から季節風呂をはじめました。今月は「森の香り」のお風呂です。これからは毎月、違った香りのお風呂をお楽しみいただく予定です😊

## RUN 伴 (ランとも)

RUN 伴は、「認知症になっても、安心して暮らしていけるまち」を目指して、認知症の人や家族、支援者、一般の人がリレーをしながら一つのたすきをつなぎ、ゴールを目指すイベントです。

10/25(金) 雨の降る中、つながれたタスキが当施設に到着。皆様、笑顔でお迎えしてくださいました。

温かいご声援ありがとうございました！！



## お菓子づくり

かえでのお部屋では、「おから芋餅」を作りました。材料を混ぜ合わせて丸め、ホットプレートで焼くと、とてもいいにおいが♪おやつ時間に、みんなでおいしくいただきました。



## 11月の予定

- 2(土) ~ 天好園(東吉野)へ紅葉見学  
※天候や紅葉の状態により、日程を変更することがあります。
- 12(月) 散髪
- 25(月) 尺八
- 28(木) カラオケレクリエーション

# よつばデイサービスだより 第2号

【発行】デイサービスセンター 四つ葉のクローバー 宇陀市菟田野古市場470番地

TEL 0745-84-2950 FAX 0745-84-2686

## 敬老会を開催しました

朝晩涼しく感じられる日が増えてきました。

9月16日(月)には、敬老会を開催しました。ご家族様にもお越しいただき、にぎやかに皆様のご長寿をお祝いしました。

お祝いのお膳を召しあがっていただいた後、職員による南京玉すだれや劇、漫才などの出し物を見て、楽しんでいただきました。



## 心も体も温まる♪足温浴

足温浴を楽しんでいただいています。お湯を使わず、湯の花から有効な温泉成分を残した石を温めて敷きつめたところに、靴下のまま足を乗せていただくのですが、皆様「気持ちいい」と喜んでいただいています。



## 季節の変わり目です！！

体温を調節する機能が低下しているご高齢者は、暑さや寒さに適応することが難しくなっています。特に気温の変化が大きい季節の変わり目は、自律神経が乱れ、体調を崩しやすいため、十分な注意が必要です。

病気ではないけれど、「疲れやすくて身体がだるい」という場合は、「睡眠不足ではないか」「バランスのとれた食事をとっているか」などを確認してみてください。「朝日を浴びる」「30分ほど昼寝をする」「夜の照明を控えめにする」などの工夫で生活リズムを整えると、気持ち良く過ごせるかもしれません。

## 【10月の予定】

- 7(月) 散髪
- 22(火) 運動会
- 23(水) 運動会
- 24(木) 尺八
- 31(木) お話し玉手箱





# よつばデイサービスだより 令和元年8月第1号

【発行】デイサービスセンター 四つ葉のクローバー 宇陀市菟田野古市場 470 番地

TEL 0745-84-2950 FAX 0745-84-2686

いつも四つ葉のクローバーのデイサービスをご利用いただき、ありがとうございます。

今月から、よつばデイサービスだよりを発行させていただきます。デイサービスをより楽しみにしてお越しいただければとの思いで、皆様のご様子や、今後の予定などをお伝えしていければと思っております♪

まず初めに、7月に入職した新しいスタッフの紹介をさせていただきます(˘◊˘)



笑顔と元気で  
頑張ります！

明るく元気に  
頑張ります！



## デイの様子



午前中のデイでのご様子です。一生懸命リハビリをしたり、作品を作ったり色塗りをしたりと、いろいろな事をして楽しく過ごしていただいています。

もし今後、何かしたいことがありましたら、ぜひスタッフまで声をかけてくださいね！！

## 熱中症に気をつけてください！

- こまめな水分補給が大切です。
- 涼しい服装で過ごしてください。
- 部屋の温度と湿度に気を配り、窓を開けて風通しをよくしたり、外気温が高いときはエアコンや扇風機<sup>せんぷうき</sup>を上手に使うようにしてください。

## 職員研修会の様子



当施設では毎月、職員研修会を実施しています。7月の研修会では、衣服を脱ぎ着するときの<sup>かいじょ</sup>介助の研修を行いました。

## 【9月の予定】

- 1(日)スマイルフェスティバル
- 10(火)散髪
- 16(月)敬老会
- 25(水)お話し玉手箱