

普通に暮らせる幸せ

晴耕雨読

デイサービス
ケアスタ中町の広報誌

[Seiko-udoku]
2018年6月



第 **3** 号



5月
7

たけのご掘りに 行ってきました！

5月7日の午前中、利用者様と一緒にたけのご掘りに出かけました。管理者の自宅裏の竹林でしたので無料です(^_^)！掘ったたけのこは、利用者様とスタッフで、何本か頂きました！

ちなみに、お昼ご飯は前もって掘ったたけのこで作った「たけのこご飯」と「たけのこのみそ汁」でした♪



5月
21.28

生け花・お茶会

5月21日・28日、茶華道を教えていらっしゃった利用者様に生け花とお茶を教えて頂きました。道具はそれぞれご自宅からご持参されました。お花を教えて頂いた時におっしゃっていたのは、お花を生けるのにもルールがあるそうで、「これは初心者用の生け方ですよ」とおっしゃっていました。そしてお茶を教えて頂いた時は、抹茶の香りも良く、味も絶妙でした♪



5月
30.31

畑が賑やかになりました！

5月30日・31日、ケアスタ中町の畑に、ついに苗が植えられました!! 植えたのは、『ナス・ピーマン・枝豆・トマト・きゅうり』です。2畝作ったうちの1畝は、枝豆のみを植えました。時よりタヌキが出ますが、無事に育つことを願いつつ、収穫が楽しみです！



ケアスタ中町 ～選択プログラムメニュー紹介～

ケアスタ中町では、プログラム選択ボード内のプログラムを選んでホワイトボードに貼り、1日の予定を決めます。プログラムメニューには、効果・目的を設定しています。ケアスタ中町のプログラムメニューはレクリエーションではなく、日常生活で行うような事を元に、プログラムを作っています。

その中のプログラムメニューを、カテゴリ別に数回に分けて紹介していきたいと思います。

本日の教室

～パン作り～

効果・目的

- ・材料や道具の準備・計量・手順を確認しながら行うことで脳の活性化。
- ・パン生地を練り、成形することで手先の機能の維持。
- ・出来上がった満足感・達成感が持てる。



他にも…

プログラム	効果・目的
料理	日常生活における役割の再確認、やりがい・生きがいを感じる。

癒しタイム

～ぽかぽか（足湯）～

効果・目的

- ・血行を促す、痛みの緩和。



他にも…

プログラム	効果・目的
コーヒー淹れ	落ち着いてゆったりできる、腕の力を鍛える。
音楽を聴く	落ち着いてゆったりできる。
一休み	気分を休ませる、気持ちを一新させる。

趣味の時間

～園芸・畑～

効果・目的

- ・継続して行うことで満足感・達成感が持てる。
- ・手順を考えることで脳の活性化。
- ・立つ、しゃがむ等の身体機能の低下予防・改善。
- ・やりがい・生きがいを感じる。



他にも…

プログラム	効果・目的
カメラ	・自然、人物や行動に興味を持つ。 ・カメラを持って動き回る。 ・人との交流を始め、深める。

～ケアスタ中町

1日の利用料金～

- 1割負担 約1500～2000円
- 2割負担 約2400～3500円
- ※要介護1～5で料金が変わります。

ケアスタ中町 5月31日現在 利用者人数

利用者数	最高年齢	最低年齢	見学者	体験利用
6名	89歳	65歳	1組	0名

＼ 見学・体験利用受付中！ 詳しい情報はホームページから！ ／



HOMEPAGE

<http://happy-seikoudoku.com>



Facebook

<https://www.facebook.com/caresta.day>



選択式デイサービス
ケア★スタ中町

☎0228-24-8456

〒989-5145 栗原市金成中町西裏15-4

✉ care-sta@outlook.jp