

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8月



第 **5** 号



7月
11

三味線の演奏会がありました！

7月11日、趣味で三味線を弾いているという方がボランティアにいらっしやり、三味線の演奏をしていただきました。
本格的な津軽三味線は迫力があり、見ごたえのある演奏でした！



7月
18

しそ巻き作りを行いました！

7月18日、利用者様の得意料理、“しそ巻き”を作りました！手慣れた手つきで、材料の分量もしっかりと頭の中に入っていて、スタッフに指示を出して頂きました！巻き方の時は、他の利用者様と一緒に巻き、爪楊枝に刺しました。しそ巻きは、お昼に皆さんで美味しく頂きました(^-^♪



7月
16・23

クッキーを焼いてみました！

7月16日・23日と、「料理」プログラムを選んだ利用者様と一緒に“クッキー”を焼いてみました。材料は、薄力粉・砂糖・マーガリンのみで、ポリ袋にすべての材料を入れてモミモミ…(^-^)。形が整ったら1cm幅くらいに切ってオーブンで焼けば出来上がり(^-^)! すごく美味しく、利用者様・スタッフに大好評でした！



7月
24

野菜が 育っています！

7月に入ってから、野菜を収穫する機会が増えてい
ます。『枝豆・トマト・ナス・きゅうり・ピーマン』です。
今年は初めての畑で少ししか植えていませんが、来年は、
トマトやバジルをたくさん植えて、ピザを作ったり、枝
豆で「ずんだ」を作ろうと、今から戦略を練っていま
す！

そして、プランターに種を蒔いたあさがおが咲きまし
た(^ ^)



ケアスタ中町 ～選択プログラムメニュー紹介～

パート2

家事お手伝い

～食器洗い・モップ掛け～

効果・目的

・日常生活における役割の再認識。

・手の運動、バランス感覚を養う。

・手を動かす・立つ・しゃがむ等の身体機能の低下予防・改善。



他にも…

プログラム

食器拭き・テーブル拭き・洗濯干し
洗濯たたみ・掃除機がけ

脳の活性

～脳トレ～

効果・目的

- ・脳の活性化。
- ・集中力がつく。
- ・記憶力低下の予防。
- ・頭を素早く反応させる。



他にも…

プログラム

効果・目的

パソコン

- ・知的好奇心を発展、手順を覚えることで脳の活性化。
- ・集中力がつく、手先の機能の持続。

隔月10・12・2月
オレンジカフェを行います。
お待ちしております。

ケアスタ中町 7月31日現在 利用者人数

登録人数	最高年齢	最低年齢	見学者	体験利用
11名	94歳	65歳	2組	1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