

お風呂リニューアルしました

今月のおやつキャラバン

改装前 改装後



外見は和風に、室内は優しいピンクになっています。広々とした空間で快適に入浴して頂いています♪

改装前 改装後



山梨県「くろ玉」

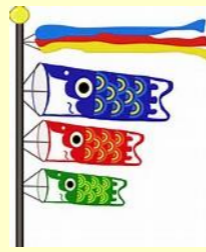
くろ玉は、まるいあんこ玉に羊羹をかけた、昔ながらの和菓子で、熟練の職人たちが、繊細な羊羹の状態を見極めながら、ひとつひとつ手づくりしている和菓子です。「くろ玉」は手づくりでなければ作れないお菓子です。

ここから元気通信 5月号

「普通救命講習Ⅰ」を受講しました!

4月15日(土)にデイサービスセンターここから己斐にて、「普通救命講習Ⅰ」を計13名のスタッフが受講しました。講師は広島市西消防署の方でした。きっかけは、「我々スタッフ一同が、ご利用者様の緊急時に最も適切な救命処置を行いたい」との思いからこの講習機会を設けました。実際にあった事例VTRからスタートし、救命の大切さの理解を深めたのちに、実技でした。①人が倒れているのを発見②安全確認③意識の確認④呼吸の確認⑤心臓マッサージ⑥AED装着⑦心臓マッサージを繰り返し行いました。その際に、誰が何をするのかを発見者がしっかりと指示し、指示された人は迅速に動く!この連携動作が大切なことを学びました。そして最後の科目は、異物を飲み込み呼吸困難になってしまった時の救命でした。①背部叩打法②胸部突き上げ法の2つがありました。喉に詰まってしまった時は、ご利用者様の状態を理解したうえで①と②を使い分け救命します。この講習で学んだ事をしっかりと理解し連携していけるよう、事前に事故を防ぎ、日々気を付けながらご利用者様をサポートしたいと思います。

俳句・川柳・短歌

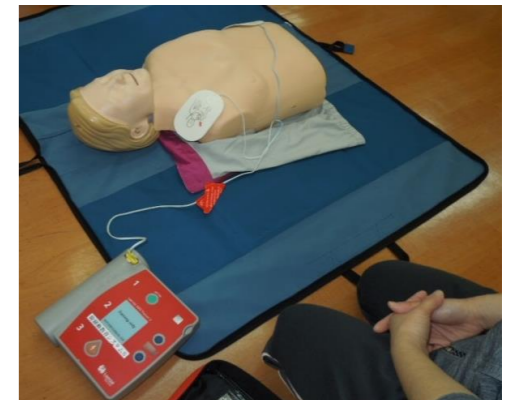


満開の役目を終えて散る桜 ここからキャンパス 文香	引揚に置きざりにせしお雛様 卒寿過ぎても未だ恋ほしき ここから己斐 中壽賀 喜代子	茎立ちの大根雨に打たれをり ここから阿品 三井芳江	目にしみる新緑の季節成長思う ここからキャンパス 幽翠	猫やなぎここにも春がそっと来て ここから安東 向田 千年	青嵐子は思春期の只中に ここから阿品 波舟	花見にも伴い行きし万歩計 ここから己斐 長尾 照子	唐突に気力出できし花盛り ここから阿品 上野茂子
---------------------------------	-------------------------------------------------------	---------------------------------	-----------------------------------	------------------------------------	-----------------------------	---------------------------------	--------------------------------

心臓マッサージ(連携)



AED装着



背部叩打法



認定証授与



ここからキャンパス



握力(kg)	
右	左
36.5	34

ながの まさみ
長野 将美 様



握力(kg)	
右	左
23	17.5

みやもと みわこ
宮本 美和子 様

メッセージ	メッセージ
鉄棒などでよく遊んでおり、昔から握力は強かった。重量挙げをしないかと誘われた事もあった。現在も畑仕事など、杖を右に持ち左手には鎌を持ってやっている。また、キャンパスでもしっかり握力維持のため筋力トレーニングを行っているからかな～これからも筋力維持の為、運動を頑張ります！	普段の運動は、キャンパスに週二回きてする程度です。自宅ではベッドだとすぐに横になってしまうので、畳に布団を敷き、毎日押し入れに片付けるように心がけています。そして、常にこけないように意識をしています。とにかく、毎日笑顔で楽しく自由に過ごすことが秘訣です！！

ここから己斐



握力(kg)	
右	左
31	32

くぼた あきら
久保田 明 様



握力(kg)	
右	左
25.5	23.5

こんどう のぶこ
近藤 展子 様

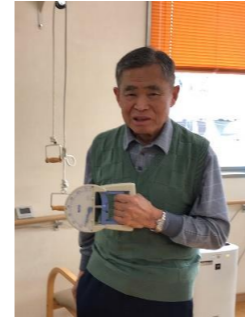
メッセージ	メッセージ
若い頃から、剣道やいろんなスポーツをしてきた為、93歳の今でも握力が強いんじゃないかな。これからも楽しくトレーニング頑張ります！！	幼い頃から鉄棒が好きで、誰よりもずっとぶら下がっていた事もあってか、握力が強いんじゃないかなと思います。これからも一生懸命にトレーニングに頑張ります！！

皆様、これからも楽しくトレーニングを行い、元気な身体作りを目指して下さい！



各店舗の「握力ナンバー1」のご利用者様を紹介します！！

ここから安東



握力(kg)	
右	左
33.5	37

わたさき つとむ
綿崎 勉 様



せお えつこ
妹尾 悦子 様



かたやま まさこ
片山 昌子 様

握力(kg)	
右	左
20	20

握力(kg)	
右	左
20.5	20

メッセージ	お二人様よりメッセージ
定年退職後も漁業に出たり、趣味の卓球を続けたいと、意欲を持って体を動かしてきたおかげです。	結果を聞いてとても予想外でした。スタッフさんの指導のお陰だと思います。これからもみんなでハッピー頑張ります！

ここから阿品



握力(kg)	
右	左
35	38.5

しみず のぶし
清水 信司 様



握力(kg)	
右	左
6	21.5

おか ようこ
岡 洋子 様

メッセージ	メッセージ
阿品の男性の中で握力がNO.1というのは、正直驚いています。これも全て、日ごろのトレーニングの成果と、若い頃の仕事のおかげだと思います。これからも握力が落ちないように頑張ります！	握力でトップになれたのも、日頃ここから阿品でトレーニングしているからだと思います。日常生活でも左手を使う機会が多いのと、重い物を持つときは左手を使うことが多いので、自然と強くなったと考えています。