

# なごみなの里地域福祉サービスセンター 和風園だより

題字：当園利用者の佐藤幸夫様・作



活動の様子  
先生からのアドバイスを受けながら、  
画材に集中…みなさん真剣です。



出来上がった作品の数々・・・  
力作ぞろいです！ 当園廊下に  
展示しています。ご覧くださいね。

## クラブ活動紹介「**絵画**クラブ」

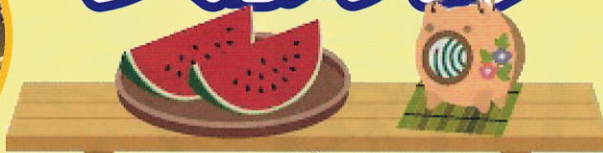
毎月二回、絵画に興味のある利用者様が集い、ボランティアの先生と一緒に、和気あいあいと楽しみながら活動しています。画材は季節の花々や、雑誌・ポスターカードの写真やイラストなど様々…自由・思い思いに、みなさん描いていますよ。

## CONTENTS 令和元年10月号

- ・クラブ活動紹介
- ・各棟の様子
- ・盆供養会
- ・秋の交通安全運動
- ・作業療法士からのアドバイス
- ・行事予定



# 夕涼み会



釣り名人ここに現る!

見事にストライク!

ほんとに皆様お上手です



皆様の応援を胸に!



皆で協力して綺麗に割れました!

力を込めて...



# 長寿を祝う会



梅 棟



皆様おめでとうございます。これからもお元気でお過ごしください。







桐棟なつまつり  
 開会  
 準備たいそう  
 「北国の春」  
 スイカ割り  
 緑日コーナー  
 的あてカラオケ  
 みずヨーヨー  
 昼食  
 閉会



# 夏祭り

桐棟では8月21日に夏祭りを開催しました。  
 楽しいイベントに皆さま盛り上がり上がっておりました。



## 桐棟



### 長寿を祝う会

みなさん  
 おめでとう  
 ございます








# 長寿を祝う会



## 藤棟




藤棟では、9月12日に利用者様の敬老のお祝い会を開催致しました。  
いつまでもお元気でお過ごしてください。



## 夏祭り



8月6日に夏祭りを開催しました。夏の暑さに負けじと盛り上がりました！



# 長寿を祝う会

おめでとうございます  
これからも、お元気で  
お過ごし下さい



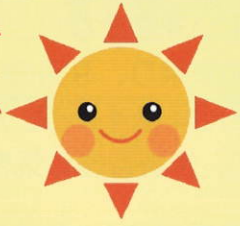
## 夏祭り

## 萩 棟

## 流しそうめん



夏の  
おもいで





## 盆供養会

今年も8月8日富谷市内の威徳寺住職に来ていただき、和風園多目的ホールにて盆供養会を行い、住職のお経にて参加利用者様の先祖及び和風園物故者の霊を供養しています。



## 秋の交通安全運動

当園では「秋の交通安全運動」として、利用者様が啓発チラシや利用者様手作りのお守りを来園者の方々にお配りしたり、富ヶ丘保育所や大和警察署内の黒川地区交通安全協会へお守りをお届けするなど、交通事故防止の活動を行っています。



## 作業療法士からのアドバイス

毎年9月21日は「世界アルツハイマーデー」と制定されています。アルツハイマーとは認知症の種類の一つです。認知症には様々な種類があり、種類によって症状は様々です。認知症の症状は主に「物忘れ」「時間や場所が解らない」「判断力・理解力の衰え」「物事を段取りよく行う事が出来ない」「人柄が変わった」「不安感が強い」「意欲がない」等があります。

認知症は単なる物忘れではなく脳の病気ですので、早期発見・早期治療が大切です。「歳のせい?」「もう少し様子を見よう」と遠慮せずに少しでも「おかしいな?」と感じたら早めにかかりつけ医に相談しましょう!



### ◎認知症予防についてのアドバイス

- ・野菜・果物・魚や肉をしっかりとバランスよく食べる。  
⇒認知症は生活習慣病（高血圧、糖尿病など）との関わりが大きいいためバランスの良い食事は重要です。
- ・散歩、家事、体操など無理のない範囲で体を動かす習慣をつける。  
⇒運動を行う事で生活習慣病からの認知症発症のリスクを軽減するだけでなく、脳の活性化に繋がります。
- ・好きな事（編み物、畑、カラオケなど何でもOK）を続ける。  
⇒なじみのある作業を行う事で、身体機能の維持や精神面の安定、自尊心の充足等に繋がります。
- ・家族や友人との交流を続ける。  
⇒他者との交流や用事を作る事は、脳の活性化の他に生活リズムの安定化にも繋がります。



行事予定

11月

刺身  
バイキング



12月

忘年会



1月

新春の集い



編集  
後記

秋晴れの心地よい季節となり、和風園の木々もだんだんと秋めいてまいりました。

今回は、8月の夏祭り、9月の「長寿を祝う会」を中心に掲載しております。皆様の笑顔や元気なお姿をたくさん拝見することができました。だんだんと冷え込み、体調を崩しやすい季節がやってまいります。体調管理に気を付け、これからも元気に活動してまいります。