

いきいき通信



朝夕の空の色や肌に触れる風に、どことなく季節の移り変わりを感じる頃となりました。しかし、まだまだ暑い季節が続きます。屋外での活動時はもちろん、屋内でも熱中症に注意しましょう！だんだん秋が近づいてきました。秋と言えば、果物が美味しい季節。梨やリンゴ、栗など楽しみがいっぱいです。梨やリンゴは実を食べて種を捨てますが、栗は種を食べて実を捨てています。最近、種無しブドウや種無しスイカなどが開発されていますが、種無し栗は・・・どこを食べるのでしょうかね！☺

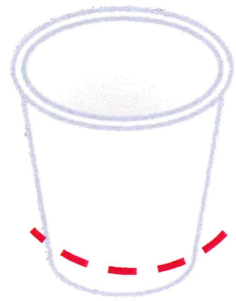
レクリエーション冊子から紹介！

Recrw 2023年7月号

紙コップと風船でつくる

ぱっちゃん鉄砲

①



紙コップの底の部分のカッターで切り取ります。
風船の口を結びます。口を結んだ風船の底を1cm程ハサミで切ります。

②



底を切り取った紙コップにハサミで切った方から風船をかぶせます。

風船が取れないように、カラーテープなどを巻いて補強してください。

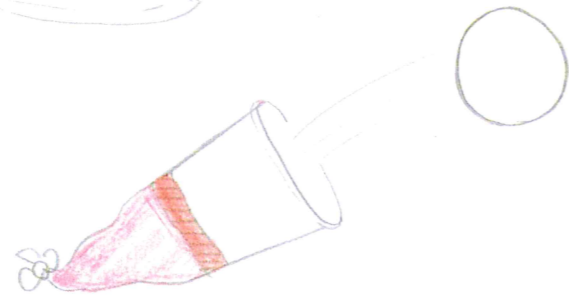
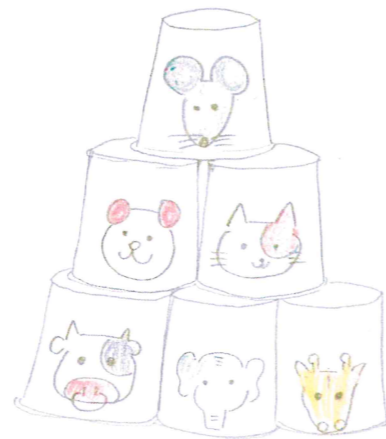
③

紙コップの中にピンポン玉を入れ、風船の結び目を引っ張りはじいて、前に飛ばせば完成です！

紙コップの的には、好きな絵柄を描いたり、得点をつけてオリジナルの遊び方を考えても面白いですね！

好きな絵柄などを描いた紙コップを積み上げてパチンと当てて得点を競う手作的当てゲームです！身近な材料で手軽に作れるので挑戦してみてください。

材料：紙コップ、風船、カラーテープ
道具：カッター、ハサミ、マーカー、色鉛筆
ピンポン玉



続命院コスモス会

2023年 8月 2日(水) 🌻

この日、続命院コスモス会では、エリエールで代表的な大王製紙による「尿漏れケア」に関する講座を受講しました。

「気になってはいるけれど、なかなか人には聞けない・・・。」とされている方、「パートナーや両親の介護をするようになって、どれを選んだらよいのか分からない。」と困っている方、「自分はちゃんと尿漏れケアできている。」と間違った方法でケアをしている方に是非聞いてほしい講座でした。



「介護用パンツ」であったり、「尿もれパット」は高齢の女性用だと思いませんか？という問いに、私を含め参加者の皆さんも頷きました。

「実は、そうではないんです。20代から30代の若い世代でも男女を問わずエチケットとして利用しているんです！」という説明があり、驚きました！

尿漏れケアをする目的は、「失敗をしないため」ではなく、「安心して生活するため」です。長距離の移動中トイレに何度もいけないから、遠出を控えよう。ふとした瞬間に尿もれしてしまうので、運動をするのを控えよう。と考えていませんか。

とてももったいないです！適切な尿漏れケアを実践していれば、安心していろいろな事に挑戦ができます。若い世代は、イベントなどの行列に並ぶときにオムツを利用していたり、山登りをする際に利用したりしています。

日常生活の中で、活動的にいろいろな挑戦をするための「おたすけ道具」として認識していただければと思いますとの説明に、「今までこういった商品は、縁遠いと思っていたけど、便利ですね。持っておくと安心して活動ができる。」といった声が聞かれました。

次回は、今後必要になってくる「介護」に焦点をあてた講座を受講したいです！と皆さんよりリクエストもありました。「是非！いつでも何度でも呼んでくださいね！」ととても頼りになるお返事をいただきました。



生活支援コーディネーターからみなさんへ

「みやこ町 夏祭り」に初めて参加してきました！
会場に着くと同時に、「これは、聞き馴染みのある音楽だな・・・。」みやこ音頭が聞こえてきました。会場では盆踊りが披露されていました。踊り子の中には、サロンで見かける方の顔も☺今度、教えていただきたいなと思います！

