

# ふじみみ 令和元年8月号



(経営理念)

練馬区社会福祉事業団は、人権尊重を理念とし、地域で最も信頼され、喜ばれるサービスの提供を、効率的でバランスのとれた経営を持って行き、区民福祉の向上を図ります。

発行 富士見台デイサービスセンター

## ～7月の活動報告～

7月上旬は雨がが多く、涼しい日が続いていましたね。日照不足で野菜が収穫でいないとのニュースもありました。平成の米騒動という言葉覚えていませんか。1993年の冷夏のような気温で推移しているとの話も聞かれますが、7月下旬からは気温は上がる見込みで、いちばん暑い時期には平年より気温が上がるとの情報もあります。気温の変化は、日々の体調管理に大きな影響を与えます。熱中症対策をはじめ健康管理には十分気を付けて元気にお過ごしください。



さて、富士見台デイサービスセンターでは、夏の暑さに負けず皆様が笑顔になる活動をしました。7月は“音楽を楽しむ”活動が多くありましたのでいくつかご紹介します。

まず、ボランティアグループ『民遊会』さんによる尺八と三味線演奏会を行いました。楽器の音色を楽しまれる方、懐かしい曲を歌詞見ながら歌われる方など、それぞれ演奏の時間を楽しまれました。次回の演奏会は8月27日(火)を予定しています。興味のある方、臨時利用も承りますのでお気軽にご連絡ください。素敵な音色を楽しみませんか。

続いては、『だいこんプラス』による演奏会です。半年に1回吹奏楽の演奏をしてくださるボランティアグループです。7月15日(月・海の日)約10名のメンバーで来所し管楽器の演奏で私たちを楽しませてくれました。デイサービスセンターの職員もメンバーの一員となっており、普段職場で見せない姿を披露し、より楽しませてくださいました。午後は、別のデイサービスセンターでの演奏もあるようで、演奏後は別のデイハ・・・とても人気のある『だいこんプラス』でした。次回の演奏も楽しみにしております。



いろいろな楽器があり、  
どんな音色か楽しみ



♪迫力の演奏♪  
この中に職員がいます(笑)



たくさんのお客様と一緒に  
楽しむことができました

## 家族介護者教室

7月20日(土)第1回家族介護者教室を開催しました。今回は、「腰痛・膝痛を軽くするための体操教室」と題して行いました。

『腰と膝の痛みについて』『腰痛の中でも特に要注意』『腰痛と向き合うために』『変形性膝関節症について』『自分の足腰チェック』『ロコモ度』などについての講義後、自宅でも“〇〇しながら”できる体操を実際に行い、より理解を深めました。参加された方々から、「痛みの原因の一つに脳が関係していることを教えていただき、とても勉強になりました。」「自宅でも簡単にできる運動を教えていただき、すぐに実践してみようと思いました。大股で手を振って歩く、スクワット、座ってできる腰の運動など、とても参考になりました。」「腰痛時は、安静に過ごすことが重要であると思っていたが、非特異な症状の腰痛に対しては適度な運動が大切であることを学び、考え方が変わりました。」「とても良い雰囲気の中で学ぶことができてよかったです。また機会があれば参加させてもらいたいと思いました。」などの感想をいただきました。

次回は9月ごろ、福祉用具をテーマに教室を開催したいと思っております。改めてお知らせいたします。



## 富士見台デイサービスセンターの取り組み

富士見台デイサービスセンターは、練馬区社会福祉事業団が運営する12か所のデイサービスセンターのうちの一つです。当法人は、デイサービスセンター以外にも特別養護老人ホーム5か所、居宅介護支援(ケアマネ)、訪問介護(ヘルパー)、地域包括支援センターなどの運営を行っております。その複数ある事業の枠を超えて、半期に一度“改善表彰”という制度があります。今回200件以上の改善提案の中から『体力測定の評価方法の見直しと多職種連携』『認知症予防を取り入れたリハビリ』の2件が改善賞に選ばれました。お客様へのサービスが評価されたことはとてもうれしく思います。引き続き、デイサービスセンターを利用するお客様にとってよりよいサービスが提供できるように、日々改善意識を持って取り組んでいきたいと思っております。



デイサービスを代表して松森機能訓練指導員が、理事長からの表彰状を受け取りました。



筋トレ・リハビリ委員会を代表して寺嶋介護士が、理事長から表彰状を受け取りました。



理事長と所長も入って記念写真表彰ありがとうございました。次回の改善提案も頑張ります。

富士見台デイサービスセンターでは、毎月の活動の様子や機能訓練の情報をホームページのブログでもお知らせをしています。

富士見台デイサービスセンター

富士見台デイ

検索