

東大泉デイサービスだより

「ありのままのあなたを大切にします」

平成 28 年 10 月 238 号
発行 練馬区立東大泉デイサービスセンター
練馬区東大泉 5 丁目 1 5 番 2 号

秋に入って 1 カ月、やっと涼しくなったという感じでしょうか。実は 8 月の後半エアコンが一部故障し、急遽冷風機を購入しました。エアコンの修理が完了するまで入浴を利用されているお客様にはご迷惑をおかけしました。

実は事務室もエアコンが聞かず、まあ暑い一週間でした。



平成 28 年 10 月 1 日
所長 津上 敏明

辛夷俳句会

瀬の音や透きてきらめく下り鮎
七夕や幼き兄と見し夜空
よろよろと蝶渡りゆく原爆忌
乱舞して紅白まぢる百日紅
浴衣着て素足うれしき夜店かな
血縁の絶えし故郷盆の月

英三
あい子
芳子
高子
公紀
幸子

名句鑑賞

「白露や死んでゆく日も帯締めて」

三橋鷹女の句です。自分の死を見据えています。死んでゆく日も衿を正し、きちんと帯を締めた正装でありたいという願いは、明治生まれの日本婦人としての矜持にあふれ気概がこもっています。白露との配合もふさわしく、凜とした姿が髣髴と浮かんでくるような見事な句です。



保健だより

★インフルエンザ・高齢者用肺炎球菌の定期予防接種について

高齢者のインフルエンザや肺炎は重症化することがあります。流行前のワクチン接種などが予防に有効です。

○高齢者の方に対するインフルエンザ予防接種費用の一部助成が、10 月 1 日(土)～始まります。対象の

方には、9 月末までに予防接種のお知らせが配布され、費用・注意事項・実施期間・実施病院などが記載されています。希望される方は、かかりつけの医師にご相談下さい。

○予防接種と併せて、手洗いやうがいの実施、マスクをするなど咳エチケットを心がけましょう。また、十分な休養とバランスのとれた食事をとり、適度な湿度でお部屋の環境を整えましょう。

◆高齢者用肺炎球菌の定期予防接種

- (1)平成 28 年度中に 65 歳・70 歳・75 歳・80 歳・85 歳・90 歳・95 歳・100 歳の各年齢になる方
 - (2) 65 歳以上の者、及び 60 歳以上 65 歳未満の者であって、心臓、腎臓、若しくは呼吸器の機能又はヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に障害を有する方。
- ※対象の方には予防接種票が 4 月 1 日に郵送されています。

※予防接種のお問い合わせは保健予防課予防係 (03-5984-2484) です



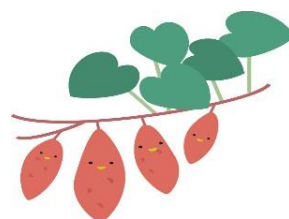
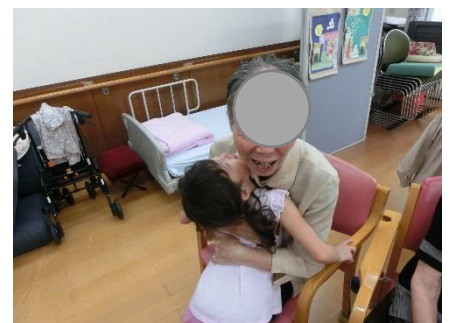
大泉保育園交流会

台風 10 号が東北地方に上陸して、大きな被害を残していった 9 月 2 日。東京は晴れていいお天気になりました。

さて、東大泉デイサービスセンターでは大泉保育園年長さんが訪問してくれました。久しぶりのうれしい訪問でした。汗ばんだ顔に元気な声であいさつをしてくれました。東大泉デイサービスセンターの皆さんも元気な園児の皆さんの訪問に喜びと感謝をいただきました。

柔らかい手や肌にふれ、素敵なふれあいの時を過ごすことができました。

利用者 S・S 様



敬老会

9月12日から14日まで敬老会を行いました。午前中は式典を行い賀寿の方をお祝いし、午後は1日目は民謡、2日目はフラダンス、3日目はジャグリングを披露していただきました。



傘寿のお祝いをして頂きました。会場には豪華なお花、テーブルには小花が彩り良く飾ってありました。所長の赤いネクタイがとても似合っていました。前方の席できれいな胸飾りをつけ皆さんにお祝いしていただき涙が出るほどうれしくなりました。

昼食のランチョンマットも素敵で持って帰る方もいらっしやいました。

午後のフラダンスはテレビで見るのと全然違って演技するお姉さんたちのスタイルはいいし、表情が豊かで素敵でした。素晴らしい笑顔を買って家に帰れるなんて本当にうれしくなりました。

また、来年まで皆さんと一緒に休まず元気でデイサービスに通いたいと思います。



利用者 K・S様



東大泉デイサービスセンターの28年度の敬老会は3日間。今日は最後の日です。賀寿の方が多いので3日間に分けて行われるのでしょう。職員の手作りの飾り物、アルバムその他お花等が袋にいっぱい。一人ずつ所長さんから頂きました。昼食は乾杯の後、とても美味しく沢山!!しあわせ。皆にここにこです。午後は東京大学の三人の男子学生が「ジャグリング」という大道芸を披露してくれました。まだ未熟と言いながら、落ちて拍手。ひとつ続いて拍手。舞台と客席が大笑いと拍手で盛り上がりました。誰かが「東大出て将来は何になるの?」と聞いていましたが、返事は聞こえませんでした。私もそれが知りたかった!

(ちなみに一人は弁護士になりたいそうです)

今日は楽しい1日でした!!皆様ありがとうございました。



利用者 K・Y様



お知らせ

介護者教室のお知らせ

今回は「今から始める転倒予防」というテーマで介護者教室を開催いたします。

日時：平成28年10月22日(土)

午後1:30~3:30

講師：練馬区社会福祉事業団
作業療法士 上川めぐみ

内容：・転倒してしまう要因
・転倒を防ぐために行うこと
・転倒しにくい体作り

場所：東大泉デイサービスセンター 食堂

持ち物：筆記用具



皆様のご参加をお待ちしております。お申し込み、問い合わせは相談員の谷田部までお願いいたします。



体力測定結果

9月6日~8日に体力測定を実施しました。項目は一年前と同じで握力・立ち座り・片足立ち・5m歩行です。夏バテの影響もあるのか、3ヶ月前に実施した時よりも少し数値が落ちてきている方が多いように感じられました。これから外へ散歩するのに丁度良い季節になります。夏に落ちた体力を回復するためにも、外へ散歩に出かけたり、ラジオ体操などしていき次回開催の12月までには体力を戻していきましょう。

9月の中でいちばん数値が良い方

握力	矢野様	35.3kg
立ち座り	池内様	7.5秒
片足立ち	佐藤一義様	60秒
5m歩行	山下様	3.6秒

1年前より3つ数値が良くなった方

握力以外	青沼様、後藤様
5m歩行以外	羽田野様
片足立ち以外	水上様、山下様、山田様

編集後記

10月に入ると学芸大付属大泉小学校4・5年生との交流会がスタートします。今年も明るくにぎやかな10月の始まりとなります。

介護士 本間妙子

