

ねりまファンクラブ

30年10月

「ありのままのあなたを大切にします」
練馬 2-24-3
Tel.03(5984)1701
練馬デイサービスセンター



暑さもやわらぎ過ごしやすくなってまいりました。皆様にはますますご健勝の事とお喜び申し上げます。いつも練馬デイサービスセンターをご利用いただきありがとうございます。皆様がお元気でデイサービスに通ってくださることを職員一同お待ちしております。

9月10日～12日に敬老祭を開催いたしました。

敬老祭を開催し、賀寿の方を中心にお祝いをさせていただきました。この国が栄え、我々が今日の生活を行えているのは、お客様が長年築きあげてきた努力の賜物です。心より御礼申し上げます。まだ若輩者の私たちに、今後とも長年生きてこられた経験等、ご指導いただきたく思います。



皆様に感謝いたします。

【賀寿の方】

- *百五賀（105歳）H様
- *卒寿（90歳）S様 他2名
- *米寿（88歳）T様 他7名
- *傘寿（80歳）Y様 他2名
- *喜寿（77歳）K様 他1名
- *古希（70歳）I様



音楽で盛り上げます♪



活動のご紹介

【根強い人気の、書道です】

☆練馬デイサービスでは、月に約2回のペースで習字の活動を行います。

作品を「ふれあい書道展」に出すなど、お客様の意欲が高まる取り組みを続けています。



個別機能訓練について

練馬デイサービスでは、個別機能訓練（リハビリ）に力を入れています。「一人で自宅内を歩いて移動したい」、「お風呂に一人で入りたい」など、住み慣れた自宅で生活をしていけるように、生活動作の維持向上を目標にして取り組んでいます。

また、ご家族の介護で立ち上がりや椅子への乗り移りなどで上手くできず困っているなどがあれば、その動作訓練を実施して、ご家族の介護負担の軽減が図れるようにも取り組んでいます。何かお困りのことがあれば、是非ご相談下さい。



家族介護者教室のご報告

9月15日に家族介護者教室を開催いたしました。今回は免疫力を高めるお食事について、お勉強する機会となりました。免疫力を高めることで、病気になりにくくなるということで、参加者の方々は熱心に講義に耳を傾けておられました。

試食もあり、充実した教室となりました。

【免疫力を高める食材ランキング】

- | | | | |
|----|------|----|------|
| 1位 | しょうが | 4位 | きゃべつ |
| 2位 | にんにく | 5位 | セロリ |
| 3位 | にんじん | | |

内容を一部ご紹介です



苦情窓口のご案内

練馬デイサービスではサービス内容に関する相談・苦情の受付を介護主任の佐久間が担当していますが、ご相談やご意見は次の窓口等でも受け付けています。

- ① 練馬区社会福祉事業団 サービス向上担当課 TEL 03-6758-0140
- ② 練馬地域包括支援センター TEL03-5984-1706
- ③ 練馬区保健福祉サービス苦情調整委員事務局 TEL 03-3993-1344
- ④ 東京都国民健康保険団体連合会 介護保険部 相談指導課
TEL 03-6238-0177

また、練馬区社会福祉事業団では、外部の第三者にご相談いただける第三者委員制度があります。こちらへのご相談も受け付けております。

*室地隆彦委員（練馬区社会福祉協議会）

TEL 03-3992-5600

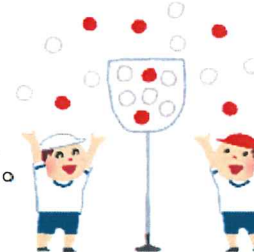
*伊藤ちほ子委員（人権擁護委員）

TEL 03-3867-8378



運動会を開催します

10月9・10日に、練馬デイサービスセンターの運動会を開催します。行事食の他、運動会競技やフォークダンスを予定しています。ご利用の皆さままで身体を動かし、スポーツの秋を楽しみましょう。



*ゲスト利用については随時受け付けております。担当：高水までご相談ください。

*デイサービスご利用に関しての相談・問い合わせはお気軽にご連絡ください。