

ねりまファンクラブ 令和元年 7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



QRコード



紫陽花の花が色とりどりにぎわっております。皆様におきましてはご健勝のこととお喜びいたします。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。

❁雨にも負けず、練馬デイは元気です❁

例年以上の降水量ですね。雨の日には気持ちも湿りがちになるところですが、練馬デイサービスではさまざまな活動を行い、お客様の気持ちを盛り上げました！



❁ボランティアさんのご紹介❁

練馬デイサービスには、さまざまなボランティアさんに関わっていただいています。

- 音楽等のご披露
- 活動の補助、お客様のお話し相手
- 写真サークルの方による写真掲示
- 書道、手芸等の講師
- ドライヤーかけ
- リハビリ室のお掃除 など



リハビリ室のお掃除

いつもありがとうございます。これからも、よろしくお願ひします。



❁7月に家族介護者教室を開催します❁

7月13日(土)13時30分より、練馬デイサービスセンターにおいて、家族介護者教室を開催いたします。

今回は、「介護者に負担の少ない介護方法」を開催します。

申込みは6月下旬に申込み用紙を配布いたします。皆様の参加をお待ちしております。



❁熱中症にご注意ください❁

熱中症とは、高い気温や湿度の中で体温調節が上手にできず、体内の水分や塩分のバランスが崩れ、体温調節ができなくなることにより起こります。以下のことに気を付け、暑い夏を乗り切りましょう。



1. 外出時は、帽子をかぶり、通気性の良い衣服を身につけましょう。
2. 室内でもこまめに水分を取りましょう。
3. 換気や遮光などをして室温が28度を超えるときには、無理をせずエアコンを使用しましょう。
4. 睡眠や栄養を十分取り、体調管理をしましょう。

デイサービスで作ったおやつをご紹介 ~焼き餅の胡麻和え~

(材料) 薄力粉 130g 片栗粉 20g 水 1/2カップ強
サラダ油 大さじ1 ※4人分ができます。

合わせ調味料
(めんつゆ 大さじ1.5 砂糖 大さじ1.5 すりごま 大さじ3)
※濃縮タイプをご利用の方はお水で調整してください。

(作り方)

- ① 小麦粉・片栗粉をボウルに先に入れて混ぜ、水を加えて混ぜ合わせる。
- ② ホットプレート(またはフライパン)に油を敷き、生地を焼き色がつくまで焼く。
- ③ 焼きあがった生地を切り分け、合わせ調味料に合せてできあがり。



❁新人職員が入りました❁

6月より、新しい職員2名が加わりました。これまで以上に、明るく元気にお客様に接していきたいと思ひます！



新しくまいりました。よろしくお願ひします！

*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をください。