

こぶしの花



第281号

関町デイサービスセンター

ホームページ

QRコード



2018年11月1日

社会福祉法人練馬区社会福祉事業団

関町デイサービスセンター広報委員会

平素より関町デイサービスセンターをご利用いただき、誠にありがとうございます。

10月になっても30度を超える真夏日があり、空調工事中のデイルームでは、扇風機と団扇が大活躍、皆様にはご迷惑をお掛けいたしました。陽気もようやく落ち着き、朝晩は涼しくなって来ました。日中は暖かい日差しがお部屋にも射し込み、皆様の作品と共にデイルームにも秋の雰囲気を感じられます。

さて、11月は今年度も恒例の『作品展示会』を行います。活動や趣味活動の時間に皆様が作った作品をデイルームや廊下に展示させていただきます。ご自身の作品はもちろん、他のお客様が作った作品も一緒にお楽しみ下さい。



食事についてのお知らせ

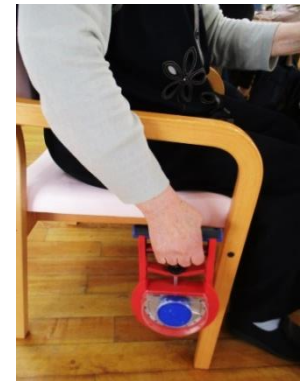
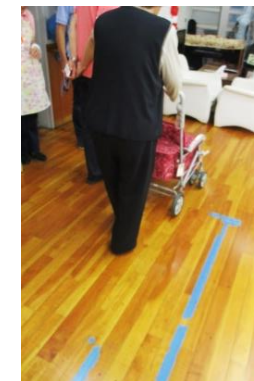
日々召し上がっていただいている昼食ですが、皆様の健康管理を考慮しての減塩対策、また、近年の食材費高騰の影響のため、メニューの中から漬物を一品外すこととなりました。皆様のご理解とご了承を宜しくお願い申し上げます。

10月の行事紹介

10月17～19日の3日間、毎年恒例の体力測定を実施しました。項目は、握力測定と10m歩行テストでした。10m歩行テストとは、10mの距離を「普段歩いている」速さで歩き、その所要時間を計測する検査です。結果は順次、返却させていただきますが、この数値の解釈について説明いたします。

高齢期においては握力も歩行速度も個人差が非常に大きくなります。いかえれば、他の方と数値の比較をしてもほとんど意味をなさない、ということになります。もし比較をするのならば、1年前のご自分の数値と比較し、加齢による変化の度合いを確認していただくのが最良の解釈方法です。実は体力測定のねらいもここにあります。

関町デイには過去2年間分の結果が保存してありますので、昨年テストを受けられた方は比較可能です。またこの2つのテストは機能訓練指導員がいつでも実施し、解説もいたしますので、これを機会に定期的な計測をしてはいかがでしょうか。



編集後記

東京の紅葉の見頃は、11月下旬～12月上旬の予報だそうです。紅葉に限らずですが、季節が少しずつづれてきている様子ですね。

