

月刊 いなかわ福祉会だより

【発行所】
社会福祉法人 いなかわ福祉会
秋田県湯沢市川連町
字平城下14番地3
電話:0183-42-2557
FAX: 0183-42-2541



ケアセンター「デイサービス」のご紹介

手作業で大作の完成!

毎月、その季節らしい作品作りをしています。
写真の「夜ぎくら」は4月に製作したものです。



現在は、「あじさい」にちなんだものを製作中です。新聞紙を丸めたり、色紙を貼ったり、色を塗ったりして、皆様熱心に取組んでいます。



丸めたもの一つひとつ丁寧に貼り付けています。

ケアビクスで健康づくり

ケアビクスとは、心と体のケアと健康づくりを目的に、高齢者や障がいのある方向けに開発された有酸素運動です。椅子に座ったままでできるので、自分の体・体力に合わせて負担をかけずに、安全に楽しく、かつ効果的に運動ができるのが特徴です。



座ってできる有酸素運動「ケアビクス」の主な効果



今まで運動を諦めていた方も、運動できる喜びから元気を取り戻し、気持ちが明るくなるなど、とても良い効果があります。

稲川音頭でお祭りの気分

コロナウイルスの影響で、デイサービスでできるレクリエーションは、残念ながら限られてしまっています。そんな中、利用者の皆様に何とか楽しんで頂こうと、職員総出で稲川音頭を踊っています。皆様には、手踊りや手拍子で参加していただいております。笑顔の絶えないひと時となっております。
この稲川音頭ですが、有名な方が作詞、作曲をされています。皆さんご存じでしたか?
作詞：東海林良さん（三梨町出身）
作曲：小林亜星さん



ケアセンターの桜

今年のお花見ドライブは、遠出はできませんでしたが、ケアセンター敷地内の桜や近所の芝桜を觀賞して楽しみました。綺麗な花を愛でると心も元気になるですね。



編集後記

デイサービスでは、利用者の皆様に楽しんでご利用していただけるように、これからも様々な工夫を凝らして行きたいと思っております。よろしくお願いたします。

今回は私が担当しました!



行事・広報委員
ケアセンターデイサービス
皆川康子・高瀬万亀子