



木々の緑も深まり、紫陽花の色あざやかな季節となりましたが、寒暖の差の大きい時期でもありますので、体調をくずされません様、御自愛下さい。

さて、デイサービスでは6月より、皆様にデイサービスをより楽しんでご利用いただく為に、お楽しみ企画『まほろばポイント集め』を新たに始めたいと思います。

まほろばポイントはご利用1回につき1ポイント、午後のレクリエーションの順位に応じてポイントが加算され、ポイントを貯めて頂くと素敵なプレゼントと交換する事が出来ます。

これからも皆様のご利用を職員一同心よりお待ちしております。

5月行事報告

お花見

今回初の試みで、藤のお花見ドライブへ出掛けてきました。

綺麗に咲き誇った藤棚の下は甘い香りが広がり、とても心地良



い気分にしてくれました。

ナス栽培

利用者様のご意見でデイサービス花壇にナス苗を植えました。花芽を見たご利用者様から「親の意見と茄子の花は千に一つの



無駄もなし」との格言を教えてくださいました。

慰問 琉球太鼓

日本ダルクの方々が琉球太鼓を披露して下さいました。太鼓の大きな音や迫力の演舞に「体に響く良い音だ」「元気が出たよ



と笑顔で話されていました。

介護のポイント

笑顔のある生活

昔から「笑う門には福来る」と言いますが、「笑い」は、自分の気持ちを癒してくれるばかりか周りの人達をも和ませてくれます。さらに体内の免疫力を高める事が科学的にも証明されています。涙を流す位の大笑が一番ですが、「作り笑い」でも効果があります。状況は変えられなくても意識や考え方は変えられるものです。笑顔になることで楽しい感情が生まれてきます。

◎毎朝鏡の前で「笑顔を作ること」を習慣にします。



- ①口角を上げる
- ②目を細める
- ③歯を見せる
- ④笑い声を出す

笑うことの効果

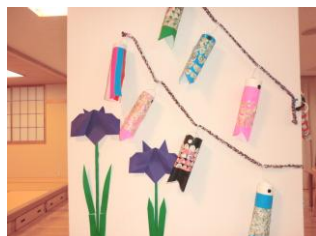
- ・脳を刺激する
- ・免疫力を高める
- ・痛みを抑える
- ・ストレスを解消させる
- ・自律神経の働きが良くなる
- ・人間関係を良くする
- ・細胞や血管を若々しくする

5月利用者様作品

風船を利用した
手作り花瓶



ダイルームを泳ぐ
手作り鯉のぼり



6月の予定

- 10日～・・・お花見ドライブ
※花の咲き具合で変更あり
- 15日・・・お誕生日昼食会
- 18日・・・慰問(舞人・ダンス)
- 24日・・・バイキング昼食会
- 24日～・・・まほろば温泉(入浴剤)
- 29日・・・駅弁(鹿児島県 えびめし弁当)