



3か月に1度の体力測定の様子です(^_^)-☆

4月から介護保険が改正されます デイサービスの役割って何だろ う??

デイサービスは介護保険サービスの1つです。利用者さん個々の状態や生活環境によって利用する目的は異なります。

自宅でお風呂に入ることが難しい、ご家族が仕事に出ているから一人で過ごすのは心配、運動や日常生活動作の練習をして自分で出来るようになりたい、など・・・それぞれの事情によって異なります。

その中でも自分の健康は自分で意識をする。できるだけ健康な状態で生き生きと生活をしていきましょう、という健康増進の考えが今盛んに言われています。

デイサービスは、お風呂に入る・楽しむ・運動をするという要素だけでは

なく、生活の中にある“出来ない”、をできるだけ解決する、という重要な側面も持っています。

例えば……………

お風呂での着替えや洗う動作・お手洗いの際のスボンの上げ下ろし、髪を乾かす動作などです。

私たち職員は、利用者さんの機能の維持・向上のために出来る事は自分でしていただくという考えで日々業務に取り組んでいます。

利用者の皆さんが出来るだけ自分の力で日常生活を送っていただけるようにこれからも一緒に練習をしていきたいと思えます。

また、機能の変化がどうかを確認するため、3か月に1度体力測定を行っています。

❀認知症にならないために❀

- ① ご家族やお友達とよくお話をする時間を設ける。
- ② 日常生活の中で役割を持ち、できることは自分でするように心がける。
- ③ 手先や身体・頭をつかう趣味・楽しみを持つ。

❀健康寿命とは？❀

健康寿命とは、日常的・継続的な医療・介護が必要なく、自身で自立した生活が出来る期間の事をさします。平均寿命と健康寿命の間には、男性で9年、女性13年の差があると言われています。寝たきりにならず、出来る事は自分で行い、過ごすこ

とが出来るように、一緒に頑張りましょ
う！！



ご家族の為にコサージュを作っています(^_^)☆



達筆ですね～(*^_^*)

やる気十分！！歩行練習に励んでいます！！



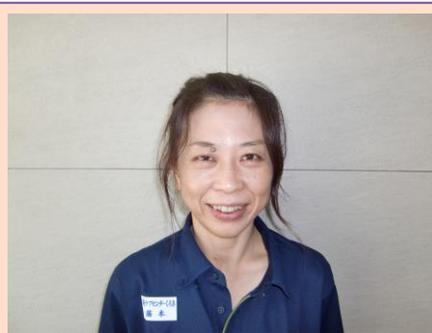
初めて陶芸に取り組みました！！
真剣な顔をしています(*^_^*)



左：調理に参加しています(^o^)

右：盛り付けの様子です(^-^)

【職員紹介】



准看護師：藤本ひろみ
趣味：ボディボード
一言：早く慣れるように頑張ります！！



活動中☆



(お問い合わせ) デイサービスセンターくらき (総合ケアセンターくらき1階)
〒874-0024 大分県別府市平田町2番2号