



うめサプロー

# 昭和元気くらぶ ティサービスマガジン



発行所：高槻デイサービス  
 爽やかな風  
 所在地：大阪府高槻市西真上  
 1丁目36-15  
 介護保険事所番号（通所介護）  
 第 2770903959 号

## 爽やか通信 10月号

●●●●●●●●●● 10月の爽やかニュース ●●●●●●●●●●

### 10月14日(金)に、昭和元気くらぶ 秋まつり を開催します！

毎年恒例の昭和元気くらぶ 高槻 秋まつりを盛大に催します。秋晴れの中、ボランティアの皆様によるパフォーマンスや、真上保育園の園児さんによるかわいい合唱。おゆうぎを鑑賞して頂きます。また、玄関前では美味しいスナックや飲み物コーナーもスタッフがご用意しますので、ご家族の皆様も、ぜひ、ご来場ください。



### 食шек！ 懐かしい一銭洋食を焼きましょう。

秋祭りのシーズン！ 子供の頃に大好きだったお祭り屋台の匂いを思い出しながら、懐かしい一銭洋食をホットプレートで作みましょう。

香ばしいソースの匂いを楽しみながら、お腹いっぱい召し上がれ。

日程 18日(火)、20日(木)



### 運動の秋！ 音楽を使ったリハビリ体操で、元気作り。

昭和元気くらぶでは、毎日、オリジナル体操「うめほし体操」を指導し、ほかにもDVDを使った専門家が指導するリハビリ体操など、いろいろな体力維持運動を行っています。ご利用者様が無理をせず、自分にあったペースで、体を動かして頂けます。

また、職員手作りの背筋運動用のフーリーが大好評です！



## ●● 9月のイベント&レクリエーションレポート ●●

### 敬老会を開催！ 日本舞踊を楽しみました！

敬老の日にちなみ、日本舞踊の舞台を鑑賞して頂きました。ご年配の熟練者の演舞のほか、ご利用者様のひ孫さまのような小学生の踊り手が登場しました。かわいい舞踊に、拍手喝さいが起こりました。



### 夏の名残りを惜しみながら、初秋の宴を催しました。

花火大会を予定していた9月28日(水)は、あいにくの雨天となり、会場をテイサービス内に変更し、初秋の宴を開催しました。浴衣姿のスタッフと盆踊りを楽しみ、美味しいお寿司を召し上がりながら、秋の夜をにぎやかに過ごされました。



### アイスクリームの食レクで、残暑も爽やかに！



バテ解消に、甘くて冷たいアイスクリームを手作りして、召し上がって頂きました。トッピングはチョコレートやコーンフレークど、お好みでふりかけました。

## ●● 10月レクリエーション・ボランティアスケジュール ●●

大川睦子先生による**音楽くらぶ**  
4日(火)、14日(金・秋まつり)  
19日(水)、27日(木)。  
季節の歌や演奏を楽しみながら、体も動かして、リハビリをしましょう！

富田先生による**ハーモニカ演奏**  
1日(土)、3日(月)、13日(木)  
18日(火)、25日(火)午後2時～  
ハーモニカに合わせて歌を唄いましょう。

高槻新士さんの  
**生涯学習講話**や  
**雑学講話**の開催

清水先生による  
**手品や頭の体操クイズ**  
12日(水) 午後2時～

さくらんぼさんによる**おはなしくらぶ**  
6日(木)、21日(金) 午後2時～  
紙芝居や手遊び等をしていただきます。

毎週3日程度、  
随時行います。

整体師の石田先生による、**マッサージ**  
毎週 火曜日と木曜日

片山さんと一緒に**トランプ**や**将棋** 毎週水曜日  
亀淵さんと一緒に**書道** 毎週木曜日



足腰を鍛える歩行訓練やステッパーを使った**リハビリ運動**も、随時行います。

### ボランティアさん大募集！

囲碁・将棋・手芸・トランプなどの娯楽の  
ボランティアさんを募集しています。

昭和元気くらぶ高槻

072-686-3510