

さあ、皆さ  
一緒に

# 身体を動かしましょう!!



特別養護老人ホームは、生活の場を提供する施設です。そのため、老人保健施設のように積極的なリハビリは行っていません。それでも、今、ご利用者の皆さまができていた日常生活行為を続けるために、楽しみを続けられるために、身体運動の機会は欠かせません。



喜茂別町社会福祉協議会（ボランティアセンター）のご紹介により、町内外でご活躍中のボランティアさんにお越しいただき、集団体操に取り組みました。



エアロバイクを設置しました。ご利用者はもちろん、職員の運動不足の解消、健康づくりにも役立っています。



## 喜らめき銀河タイムス

きもべつ喜らめきの郷・るすつ銀河の杜



社会福祉法人溪仁会 経営理念  
一、安心・安全  
二、信頼・満足  
三、地域に貢献

さあ、皆さ  
一緒に

# 野菜の苗を植えましょう!!

喜らめきの郷には野菜畑があります。この日は、トマトやナス、ピーマンなど、約100本の苗を植えました。



きもべつ喜らめきの郷  
るすつ銀河の杜  
公式Instagram

もともと農家さんだった方、家庭菜園を楽しんでいた方も多く、さすがの慣れた手つきです。たくさんの笑顔溢れる楽しいひと時となりました。

# デイサービスとは？ るすつ銀河の杜デイサービスセンターの

## 活動の一部ご紹介！



デイサービス（通所介護）の基本方針には、ご利用者自立した生活を営むために「生活機能の維持又は向上を目指し、必要な日常生活上の世話及び機能訓練を行うことにより、利用者の社会的孤立感の解消及び心身の機能の維持並びに利用者の家族の身体的及び精神的負担の軽減を図るものでなければならない。」とあります。（厚生労働省資料抜粋）具体的な活動としては、日帰りで入浴・食事・趣味活動・体操などのサービスをご利用いただくこととなります。当施設の取り組みや設備を一部ご紹介いたします。



趣味活動は、個人やグループで行われ、心身の健康維持や認知症予防に役立つとされています。趣味活動は、社会参加や自己成長にも繋がります。



入浴によって要介護者の身体的な清潔を保ち、感染症予防、リラックス効果、健康維持も期待できます。機械浴（下）や手すりもあるので安心して入浴ができます。



室内環境や温熱の他、住居周辺の環境、自然等も、活動や心理状況に影響があります。当施設は天井が高く採光が良いです。天気の良い日は、窓から羊蹄山もはっきりと見ることができます。



4月に作っていただいた作品です。細かな作業は職員も一緒に取り組みます。



お食事は、栄養バランスはもちろん食事形態に対応し提供いたします。イベントの食事は特に豪華メニューで楽しみです。



### ～夢をかなえる企画～

ご入居者の「大きな図書館に行って本を借りたい。」「以前住んでいたところを訪問し、知人に会いたい。」この要望を達成するため行事を企画いたしました。無事に目標をクリア。大満足のお言葉を頂戴しました!!