



おおふじ 令和6年9月号

日頃よりデイサービスをご利用頂きありがとうございます。

9月に入り、セミの合唱から虫のコーラスへと変わり、朝晩は涼しさも感じられますが、まだまだ日中の残暑は厳しいですね。田んぼの稲穂も黄金色となり眩しい光景が目を楽しませてくれています。五穀豊穡を祝う秋祭りも各地で開催され、にぎやかな季節が始まりますね。

8月5日から10日の週に『遠州の園デイサービス夏まつり』を開催いたしました。【射的・的あて・金魚すくい・魚釣り・かたぬき・千本引き・かき氷】等のメニューを皆様に体験していただきました。射的や的あては、狙った点数に向け真剣そのものの眼差しがすごかったですよ。金魚すくいや魚釣りは、なかなかすくえなかったり、釣れなかったりで笑いが溢れました。かたぬきは、皆様お上手で、壊すことなく抜ける方が続出していました。千本引きでは、引いた景品をお互いに見せ合ったり和やかなムードが溢れていました。ゲームの後には、かき氷を堪能していただきました。来年も、乞うご期待を！
(*^▽^*)



- 9日(月) 重陽の節句 菊寿司他
 - 17日(火) 十五夜 松茸ご飯、ぶりの照焼き他 おやつ みたらし豆腐団子
 - 20日(金) 敬老会 栗ご飯、天ぷら等 おやつ 紅白まんじゅう
 - 25日(木) 誕生日メニュー 赤飯、鶏肉のチーズ焼き、ケーキ・果物他
- ※他にも、楽しく美味しい献立を予定しております、別紙の「献立表」をご覧ください。

9月の主な献立



デイサービスからのお願い
・飲食物のお持ち込みや、他のご利用者様に配ることはご遠慮ください。
・ご利用者間での金銭や物品のやり取りは、トラブルのもとになります。
ご理解とご協力のほど何卒よろしくお願い申し上げます。



楽しく脳トレ！



第十弾は・・・脳を鍛える大人の音読ドリル

音読することで、語彙力、コミュニケーション力、発声、表現力の向上、声に出すことで内容を理解する、記憶に残りやすい、ストレス解消などの効果があります。年齢に関係なく音読は有効なものであると考えられています。医学的にも、のどの筋肉を自然に鍛えることもでき誤嚥性肺炎の予防にもなります。音読脳トレを取り組むにあたり、ただ文字を目で見て音読をするだけ、内容を考えずに音読しているだけでは何の効果もありません。音読は意識して行うということが大切なのです。小学生の頃の音読のチェック項目には、「気持ちを込めたか」「読むスピード」「声の大きさ」などあったことを思い出しますね。初めて読む文章やすんなり読めない難しい文章を音読する際には前頭葉が刺激されますが、何度も同じ文章を読んでいると刺激が無くなり前頭葉が働かなくなります。そこで、気持ちを込める読み方を意識すると、大脳辺縁系が活性化され、表現力の向上が得られます。さらにレベルアップさせ、相手の気持ち、文章の世界を考えながら音読すると、側頭頭頂接合部が活性化されます。音読のやり方次第で、使われる脳が異なってくるため、繰り返し同じ文章を読むとしても様々な部分の脳を活性化させることができます。継続的に取り組むためにも、少しずつ簡単な短い文章から音読をスタートしてみてもいいのではないでしょうか。1日10分以上続けることで脳に刺激があるそうです。



無料体験実施中

遠州の園デイサービスは無料一日体験を実施しています。「デイサービスに興味があるけど一日どう過ごしているのかわからない」「いろいろなデイサービスを見たい」など、『百聞は一見に如かず』まずはお気軽にご利用ください、職員一同日本一の笑顔でお迎えいたします。
【入浴、昼食、機能訓練等体験できます】

曜日別ご利用状況

月	火	水	木	金	土
?	○	◎	△	○	◎

◎充分空きあります ○空きあります
△少し空きあり ?要相談

令和6年9月1日現在の情報です。日々変動しますので、どの曜日であっても一度ご相談下さい。

☎38-5011 担当 袴田/藤原