

# あおぞら 8月

2024年(令和6年)

7月7日は「七夕」でした。デイケア利用者様に願い事を書いてもらいました。皆さんはどんな願い事を書きましたか？



今年の七夕は何十年ぶりかにお天気が良かったです。織姫と彦星はちゃんと会えたかな？



皆様の願い事が届きますように。

短冊を紙に貼りました☆



| 日  | 月          | 火                                | 水         | 木     | 金    | 土     |
|----|------------|----------------------------------|-----------|-------|------|-------|
|    |            | 脳トレ麻雀                            |           | 脳トレ麻雀 |      | 脳トレ麻雀 |
|    |            | 毎月🔥の日はイベント湯<br>☕の日はおやつにコーヒーが出来ます |           | 1☕    | 2☕   | 3🔥    |
| 4  | 5          | 6🔥                               | 7🌸<br>夏祭り | 8     | 9🔥☕  | 10☕   |
| 11 | 12🔥☕<br>営業 | 13☕                              | 14        | 15🔥   | 16   | 17    |
| 18 | 19         | 20                               | 21🔥☕      | 22☕   | 23   | 24🔥   |
| 25 | 26         | 27🔥                              | 28        | 29    | 30🔥☕ | 31☕   |



8/12(月)「山の日」は営業します。

## 8/17 行事食のご案内

(土) 8月の旬な食材を  
楽しみましょう♪

ちらし寿司・枝豆腐  
すまし汁・ぶどう  
お楽しみに～♪

7月はうなぎランチでした



## 8月7日(水) 夏祭りを開催します!!

今年は  
①すいかの重さ当て  
②的当て  
③輪投げ  
を行う予定です。



臨時利用受付中

職員にお声掛けください



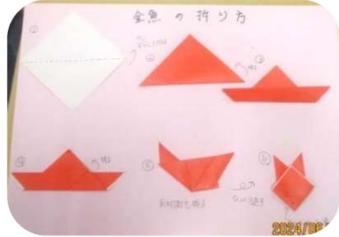
裏面のクイズの答え

- 聖徳太子 7回
- 福沢諭吉 2回
- 紫式部 1回

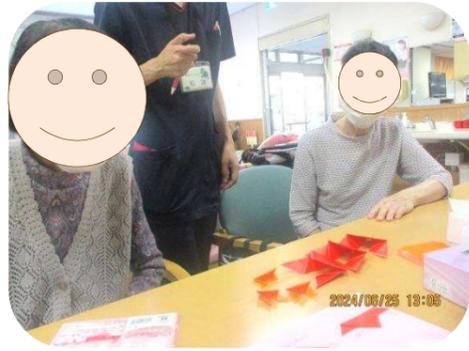


# 季節の折り紙

**金魚** 金魚は簡単に折れました！



皆さんもチャレンジ！！

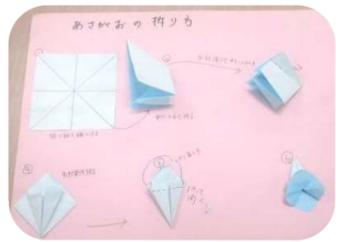


# クッキング

ソウさんウィンナーを作りました♪



あさがお



小さい朝顔ができました！！



## 認知症予防

続ける事が出来ることもポイント！

## 【趣味活】でイキイキした毎日を



高齢になると、自由に過ごせる時間が増えてきます。その時間に好きな趣味を楽しむことが、認知機能(考える、記憶する、判断するなどの知的な能力)を維持するために効果的であることが分かりました。

家でのご過ごし方として、「家でのごろ寝」「買い物、外食」は認知機能の維持や低下とほとんど関係がありませんでした。

一方で「趣味」をすることは、その後、認知機能が低下するリスクを下げていました。

**すなわち、休日や余暇時間に趣味をして過ごす事が、認知機能を維持するために効果的だと明らかになりました。**

若い頃には忙しくてできなかったことも、時間に余裕のあるシニアだからこそ、チャレンジできる趣味がたくさんあります。多くの趣味の中から、ご自身に合ったものを探すためには、**あなたが本当に興味を持てるものが何か**ということを考えてみましょう。



### ●趣味がない人におすすめの趣味●

- ゴルフ・ガーデニング・ボランティア・ウォーキング・ハイキング
- 音楽・カメラ・映画鑑賞・手芸・読書・囲碁・将棋・麻雀・オセロ・習い事
- パソコン教室・料理教室など



H.W

### 「私から見た〇〇さんはこんな人」

今月はMさんとWさんです☆

私から見たWさんは、第一印象は優しい人だなとおもいました。その後もその印象は、まったくもって変わりません。話をしようとWさんを探すと身長が高いのでデイケアのフロアにいるとすぐ見つけることができます。そして、その身長を生かしてクリスマスには大活躍してくれる頼もしい方です。



紹介者：M

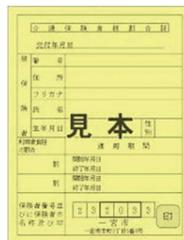


A.M

私から見たMさんは、介護や介護の仕組みについての質問に的確に答えて下さる頼もしい存在です。介護福祉士として多くの事でリハビリのサポートをしてくれます。今後も一緒に様々な視点で、デイケアの利用者さんをサポートしていきたいです。



紹介者：W



## 介護保険負担割合証確認のお願い

新しい介護保険負担割合証が7月中旬頃市役所より送付されます。

お手元に届きましたら、連絡帳のクリアファイルに入れ送迎スタッフにお声かけください。お預かりした介護保険負担割合証は、当日中に確認し帰宅時にクリアファイルに入れてお返しいたします。ご協力をお願いいたします。



## 今月のクイズ！

日本の紙幣に肖像が使われた回数が一番多いのは誰でしょうか？



① 福沢諭吉



② 聖徳太子



③ 紫式部

**紙幣の雑学** 1945年(昭和20年)8月17日に戦後の物資不足により起きたインフレーション対策として日本初の千円札が発行された。表面は日本武尊(やまとたけるのみこと)でした。