



# ウエストミニ運動会♪



11月16日（土）秋のミニ運動会を行いました。  
2つの列を作り、大きな風船を使用し風船送りゲーム、風船バレーボールを行いました。

始めは、オレンジ風船チームとムラサキ風船チームにわけ、風船送りゲームです。皆様、少し不安げな様子でしたが、ゲームがスタートすると、隣の人に早く風船を渡さなきゃと慌てて送る人や、しっかり掴んで手渡し人など様々でした。

回数を重ねるうちに、ゲームは白熱していき、利用者様にも笑顔が見られました。又、「楽しい」「また、やりたい」等の声が多く聞かれました。



風船バレーで

は、とても上手に風船を打っていた利用者様がいたので何うと、「昔、バレーボールをやっていたの!」との事。落ちそうで落ちない風船に一喜一憂し、職員も汗だくになりながら、共に楽しいひと時を過ごしました。利用者様の色々な面が見られてとても楽しい行事になりました。介護福祉士 窪 早苗





# 通所リハマネジメント活動報告

デイケアにて、11月に調理訓練で干し柿作りを行いました。その時の活動報告です。



vol.63

## リハマネ活動レポート

### 干し柿を作りたい！

自分で作った干し柿を家族に食べさせてあげたいとの思いで頑張りました。

当施設敷地内に柿の木があり、毎年、秋になるとオレンジ色の実がなり、リハビリで屋外歩行をしていると、「この柿とらないの？食べたいねえ」と話題となります。

今年は、調理訓練として干し柿を作ることに決めました。H様にお声掛けすると、家族に作ってあげたいとの思いが聞かれました。

普段から、片手でピースで作品を作る器用なH様で、入院中には、片手での包丁操作を家事動作訓練として行ってきました。ご本人のこだわりもあり、柿をまな板に固定してくると回しながら上手く剥いていきました。多少なりとも、作業の途中でお手伝いが必要と思っていましたが、柿を紐で結んで、軒下に干す作業までお一人で行うことが出来ました。

3週間後、あま〜くあま〜くなった干し柿を楽しみに待ちたいです！！





# 上川農事センターまつり

11月17日に高齢者あんしん相談センター川口の方々と一緒に農事センターまつりに参加しました！

体組成計で体内年齢を測定し、現在のお身体の状態の確認や健康についてのアドバイスをリハビリのスタッフが行いました。

普段から運動をされる機会のある方も多いのか、ほとんどの方の体内年齢は実年齢より若く、中にはひと回り以上若く表示された方もいらっしゃいました。これからも近隣地域の方々の健康維持のため、微力ながらも続けて援助していきたいと思います。

リハビリ科係長 小出 利恵



## 作品作り(デイケア)🔔🌿🔔

デイルームでは一足早く、クリスマス一色となっています。壁面の大きなクリスマスツリーは利用者様に手伝っていただき完成しました！とても可愛く出来上がり、好評でした。



またイベントとしてポンポンで作るクリスマスリースを制作していただきました。持ち帰って自宅でもクリスマスを感じてもらい、楽しんでいただけると嬉しいです。

季節を感じられる作品作りを企画して、皆様に楽しんでいただけるよう職員一同、考えていきます♪



介護福祉士 澁江 理咲



# 上川口小学校介護体験

11月19日、26日と2日間にわたり、地域活動の一環として毎年行われている上川口小学校の5・6年生を対象とした介護体験が行われました。



19日は当施設にて、高齢者施設とはどんなところかを勉強した後、施設の利用者様とのふれあい体験として、生徒たちが演劇、踊りを披露してくれました。その他にも生徒の方達からの上川口小学校クイズが出され、利用者様も楽しそうに参加されました。



休憩の後にはデイケアで使用している送迎車の特徴を紹介し、実際に車椅子で乗り降りの体験をして頂きました。又、栄養科からも高齢者の食形態についてお話をさせて頂きました。

26日は上川口小学校の体育館にて、高齢者あんしん相談センター川口の方による認知症サポーター養成講座を行い、認知症についての勉強をし、その後、即興劇を行いました。



後半は福祉用具事業所ハンドベルさんが用意して下さった自動ブレーキ付き車椅子、電動リフトアップチェア、ポータブルトイレ等の体験をしたり、社会福祉協議会よりお借りした高齢者疑似体験キットを用いて、高齢者の方の動作の疑似体験を行いました。その他にも衣服の着せ合い、栄養科によるトロミ付け体験なども行いました。生徒さん達はどの体験も興味を持ち、積極的に参加してくれていました。

この体験を機に高齢者への理解が深まってくれたらと思います。

介護福祉士 藤原 真治

## 12月の行事は…12/21（土）甘楽施設長の演奏会♪ 各フロアで行います

【編集後記】 今年もあとわずかとなりました。大雪が降る地域があるなど、急に寒さが厳しくなってきましたね。この前、今月初めて、出勤する時に車のフロントガラスが凍っている日がありました。ドライバーの皆様、路面凍結にもご注意ください。

ウエストケアセンター広報委員会一同

発行元 介護老人保健施設ウエストケアセンター

発行年月日 令和六年十二月十一日

〒192-0151 東京都八王子市上川町 2135

TEL:042(654)5511

Fax:042(654)7716

(ホームページ) <https://west-care.jp/>

(Instagram) <https://www.instagram.com/westcarecenter/>

