聖明デイケア通信

2024年１１月号　（第７９号）

カレンダー作り

11月のカレンダーは秋をイメージして作りました。利用者様がかわいい絵を描いてくださいました。

創　作　～ハロウィンステッキ～

ハロウィンステッキを作りました。皆さん個性ある、素敵な作品が完成しました。

クラフト作品

クラフトバンドでは、素敵な手提げかごバッグと、欧米風お道具箱が完成しました！

蓋を開くと…

11月の折り紙作品です。今回も、みんなが知っている人気のキャラクターや、「赤ずきんちゃん」をメインにした秋の飾りが完成しています！

室内エクササイズ

今月から散歩再開の予定でしたが雨天のため実施できず･･･みんなで楽しく室内エクササイズを行いました。バランスが難しく皆でフラフラ💦いい汗をかきました！

＼棚橋ポーズ／

最近の室内エクササイズは棚橋弘至さんのDVDを行っています。
棚橋ポーズもバッチリ決まっています♪

季節行事　～バーベキュー～

バーベキュー大会当日はあいにくの天候不良のため、急遽予定を変更してデイケア棟の外と調理室で食材を焼き、デイケア室内での開催となりました。外でのバーベキューは出来ませんでしたが、室内でたくさん美味しくいただきました！

リラックスタイム

≪セルフオイルハンドマッサージ≫

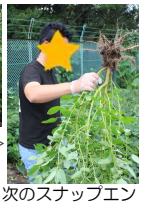
今月はセルフオイルハンドマッサージを行いました。木芯のキャンドルを炊いてパチパチとした音を聞きながら、リラックス状態でのハンドマッサージはとても心地良く、肌も柔らかくなりました。
日頃、一番動かして頑張ってくれている手。丁寧に自分の手を癒す時間を、取り入れてみるのも大事ですね♪

木工　≪ベンチ作り≫

外作業や行事、日常のコニュニケーションとして大活躍しているベンチ。以前も木工で作りましたが、今回、追加で作りました。今回は、倉庫にしまったままになっていた木枠をばらすところからスタート。たくさんの釘を抜く作業は、苦戦もしましたが、汗をかきながら釘が抜ける感触の良さに皆さん熱心に行ないました。

ベンチは、板にやすりをかける人、ビスを打つ人と分担して行いました。

園　芸　～夏野菜から収穫の秋へ～



≪夏野菜の片付け≫

夏野菜のオクラやモロヘイヤも収穫を終え、次のスナップエンドウを育てるための片づけをしました。

≪シソの実の佃煮≫

夏にたくさん収穫したしそが花を咲かせ、実がなりました。シソの実も収穫して佃煮づくり。ご飯とよく合います。

≪秋野菜の収穫が始まりました≫

5月に植え付けした、里芋、サツマイモ、しょうがの試し掘りをしました。そろそろ収穫してもよさそうな時期になりました。

≪白菜･レタスの定植≫

白菜、レタスの定植を行いました。今回は葉を敷いて、乾燥、土はね予防をしながら育てていきます♪葉が風で飛ばないようにひもで押さえもしました。
他にも今後は、人参、落花生、大根、こかぶなどたくさんの野菜の収穫を迎えます。楽しみです♪