

夏祭りのご案内

サットヴァの園夏祭り、開催いたします!!
今年も猛暑が予想されますので施設内で行います。
いろいろなお店をご用意しています。ご家族揃ってお越しください。皆さんで楽しい時間を過ごしましょう。

祭 **8月3日(土)** 祭
14時～16時

例年と時間が違います。
お間違えないようお願いいたします。

施設、デイケアのパンフレットが新しくなりました!

施設と通所リハビリテーション(デイケア)のパンフレットをリニューアル!施設にお越しの際には、手にとってご覧ください。



職員紹介コーナー

こじま ゆうか
小島 侑香さん
(平成31年4月採用)



サットヴァの園の印象は?

若い職員の方が多く、明るくてにぎやかな職場だと思います。看護師さんが多く、医療職との連携が取れていて、安心できると思いました。給食も種類が豊富で、記念日の行事食もあり、華やかだと思いました。明るく元気に頑張りますので、どうぞよろしくお願いたします。

お知らせ

7月、8月、9月の床屋さん

7月・・・4日(木)、19日(金)
8月・・・1日(木)、16日(金)
9月・・・5日(木)、20日(金)

デイケアのお知らせ

デイケアでは、見学や1日無料体験を随時受け付けています。お気軽にご連絡ください。
(電話:0584-88-1775)

サットヴァ便り

発行日 2019年7月1日
編集・発行 社会福祉法人 三縁の会
介護老人保健施設 サットヴァの園
〒503-0965 岐阜県大垣市多芸島1丁目127-1
TEL (0584) 88-1788 FAX (0584) 88-2025
http://sattova.info

サットヴァの園



サットヴァ便り

2019年

夏号



〈編集・発行〉介護老人保健施設 サットヴァの園

夏を迎えるにあたって

平成30年度に経験した極めて暑い夏を思い出します。
高温で睡眠が充分とれない生活が持続すると体の調節を行っている自律神経のリズムが乱れます。
良好な睡眠は夜間に優位に働く副交感神経を十分に機能させ、昼間に体内に蓄積した過酸化物を還元させます。昼間は交感神経が優位に働き、仕事の効率を高めますが、睡眠不足の体には、処理しきれない過酸化物が多く残っていて、交感

神経の機能が十分に発揮できません。
自律神経は自分の意志で調節ができない神経と言われてきましたが、規則正しい食生活と十分な睡眠をとることで、睡眠時に優位に働く副交感神経の機能を高め、過酸化物の処理の効率を高めます。自律神経を上手にコントロールする生活スタイルを体得し、猛暑を乗り切りましょう。

サットヴァの園 施設長 江崎孝行



Contents

<施設行事>

- ・構外活動
- ・レクリエーション
- ・習字
- ・ハーモニカ演奏
- ・てるてる座 歌謡ショー
- ・令和元年度 第1回 介護予防教室

・夏祭りのご案内

- ・施設、デイケアのパンフレットが新しくなりました!
- ・職員紹介コーナー
- ・お知らせ

構外活動

デイケアでは、しまむらとバローへお買い物ツアーに行きました。日頃、お世話になっている家族の方々へパンやお菓子を購入されたり、ご自分に帽子や靴下などの小物を買われたりしました。また、大垣西公園の藤棚や、施設の園庭の藤、近くに咲いているカモミールを見に行かれ、大変喜ばれました。



レクリエーション

1年を通して、豊かな感性や自己を表現することを大切に、自然や身近な環境の中にて関わる機会を熟慮し、職員一同、日々努めてさせていただいております。日常生活の様々な出来事の中、感動したことを各々に表現し、伝えあい共感しあう。音・色・形・手触り・動きから、質の高さや深さを関連させ、具体的な活動を通してたずさわっております。また、地域の方々と共に、安心して安全な場所作りから、笑顔あふれる空間づくりへと繋がるよう今後も努めてまいります。



習字

フロアレクとして、新年号の「令和」を書きました。皆様、お手本を見ながら一筆一筆集中して、書き上げていきました。



ボランティア

ハーモニカ演奏

松下晃様によるハーモニカの演奏が開催されました。ご利用者様と一緒に口ずさみながら聴いていました。ご利用者様からのリクエストに答えて演奏していただく場面も…皆様、笑顔溢れる時間でした。



マイクを片手に一生懸命に歌うご利用者様



てるてる座 歌謡ショー

皆さんお待ちかね!

大人気のてるてる座様による歌謡ショーが開催されました。迫力のある素晴らしい歌声を披露していただき、大きな拍手があがっていました。ご利用者様も手拍子をしなが、楽しい一時を過ごされました。



令和元年度 第1回 介護予防教室

6月5日(水) 「リズム体操で脳トレ」

講師 高橋美和子先生

皆さん笑顔で上手にリズムをとってみえました。楽しみながら体を動かすことは健康にもいいですね。サットヴァの園では、6・9・11・3月の年4回、介護予防教室を無料で開講しております。気分転換にいかがですか？多数の方のご参加お待ちしております。

