

はな* らいふ



発行 社会福祉法人 三幸福祉会 ケアハウス 清華苑シルバーライフ





きたい と思います。ご要望 か

後も試行錯誤しながら実施してい きます。皆様がいつまで心身共に は全な生活を送る事が出来るよう て出来る事は 何

会に繋が 通じて れば幸いて 健康 に至りました。歩 の健康維持増進を図 への意識を高める機 です。 ー を 立 員 のマ

【生活している上で困っている事(悩み)はありますか】

- 特になし 21名
- ・身体の事が気になる 3名
- 悩み事はたくさんある
- ・デイケア利用が負担 嫌ではないがゆっくりしたい
- ・色んな事(買い物だったり)
- ・自分の事は自分で管理している
- ・外に出たい
- ・足が弱くなった

【目標にしている事はありますか】

- 特になし
- 15名

3名

- ・食事を3度3度食べる事 4名
- ・元気で毎日過ごす
- ・ダイエット
- ・生きる事
- ケアハウスにいつまでもいる事
- ・足が丈夫になるように
- ・寝込まないように
- ・長生き
- ・ピンコロ
- ・歩きたい
- ・部屋より出て歩く





【健康維持に対して取り組んでいる事はありますか】

を活用し

た 取

組

み は、

- 健康教室参加 7名
- 5名 ・特になし
- 5名 ・散歩
- ・デイサービス利用 2名
- ・サプリメント 2名 2名
- ・リハビリ ・歩く事
- ・体操に参加(清華苑すいすいで)
- 運動
- ・カラオケの会に参加
- ・行事参加
- ・活き活き倶楽部
- · 3 B体操
- ・接骨院でリハビリ
- ・食事をしっかり食べる
- ・腹筋、水泳、ストレッチ
- ・迷惑かけないように気持ちだけはある
- ・ジム利用



【外出行事(行ってみたい行き先はありますか】)

- ・特になし 13名
- ・買い物(イズミヤ) 2名
- · 食事(肉料理)
- 近くで(シルバーカーを持参して)
- •淡路島
- ・パン屋
- ・近場のお店
- ・トイレが気になる為に行けない
- ・遠出はしんどい
- ・美味しいものを食べたい 2名
- ・西のお寺
- ・レストラン
- ・アフリカ
- ・どこにでも行く

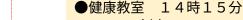




【ケアハウスでしてみたい事はありますか】

- 特になし 19名
- ・手芸 2名 本を読む
- ・習い事
- ・書道 ・工作
- ・今まで通り 規則を守り
- ・体操で動けたら動きたい
- ・1階で自由に利用できるカラオケを置いて欲しい
- ・自宅に帰った時はどこかに行きたい

もシャッターチャンスを逃さずにいろんてみました。改めて見ると、空っていろケアハウスの食堂から撮影した空を集めではSORA展を開催しています。主にします。話は変わりますが、玄関ロビー手洗いなどの感染対策は継続してお願いきました。油断大敵なので、これからもきました。油断大敵なので、これからも も落ち着きひと安心できるようになってようやく地域のインフルエンザ感染状況 を写真に納めていきたいと思いま



9日(土)

13日(水)

19日(火)

27日(水)

- ●カラオケの会 14時 12日(火)
- ●ふれあい喫茶 14時 15日(金)
- ●紅茶パーティー 14時30分 17日(日)

- ●趣味の会 15時 20日(水)
- ●頭の体操倶楽部 14時30分 23日(土)
- ●ボッチャ大会 14時30分 26日(火)
- ●親睦会 14時30分 30日(土)

