





8月に翔仁会夏祭りを開催しました。お祭りならではのフライドポテト 焼きそば、ノンアルコールビールなどを皆様で楽しく頂きました♪



# ディフロア

# かりこう

8月は記録的な暑さとなりましたが、 デイケアでは畑や散歩を控え、室内で の活動やかき氷づくりなどを行いま した。

# かき歌づくり



# **心勿切正一多自多**





























# 工スポのは使用









皆さんのご協力もあり、<u>トマトやナス、玉ねぎ、ピーマン</u>など多くの収穫を行うことが出来ました♪

スイカや<u>とうもろこし</u>など、 まだまだ成長中のものもあり ますのでお楽しみにしていて ください(^^)/





# ディフロア

# よぼうフロア



<u>予防フロア</u>では、リハビリの 先生と<u>脳トレーニング</u>を行い ました!

身体を使ったものと、ホワイトボードを利用した体操を行っています。

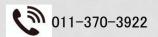
# 身体を使って・・・





# にしタイムス

にし高齢者支援センター 北広島市大曲南ヶ丘 1T目1-5



## 大曲西部地区の活性化に向けて皆さんと共有!

先日、大曲西部地区第2層協議体を開催しました。今回は、北広島市生涯現役地域づくり環境整備協議会から向山事務局長をお招きし、同協議会の取り組みについて情報提供を受けました。「北広島市民の皆さんが、いつまでも元気に楽しく、心と生活を豊かにする活動を目指したい」という思いを参加された皆さんと共有しました。この思いをもとに、その後はグループに分かれて意見交換を行いました。住民の方と事業所職員の皆様が同じテーブルで意見を交わすことは、非常に意味のあることであると、参加者からの感想も寄せられました。

北広島市生涯現役地域づくり環境整備協議会は、既に団地地区で先進的な取り組みを開始していますが、 大曲西部地区においても、地域の現状を正しく把握し、実際にできることを模索したいと考えています。今 後も皆様と協力しながら、地域の発展に向けた具体的な施策を検討していければと思います。

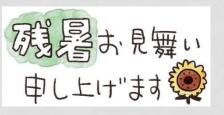




約40名の方が参加してくださり、各グループで積極的な意見交換が行われました

例年にないほど厳しい暑さが続いています。夏バテには引き続き注意が必要です。水分不足を防ぐために、こまめな水分補給と塩分の摂取をお忘れなく。軽い運動や散歩も健康維持に役立ちますが、できるだけ涼しい時間帯を選んで行いましょう。十分な休息も大切です。冷房の効いた場所で過ごすこともおすすめです。食事は軽めでバランスを考えたものを心がけましょう。胡瓜やトマトのような水分豊富な野菜、たんぱく質の豊富な魚介類も、エネルギー補給と体温調節に効果的です。また、納豆に含まれるビタミンやたんぱく質は体力維持に役立ちます。熱中症予防にも注意を払いながら、この残暑を元気に乗り切りましょう。







### 『介護・福祉の輪 応援団なんもだよ』

### 3 コマ漫画

参考引用文献: 在宅介護者を応援する3コマ漫画づくり https://korekara-pj.net/design/design\_33/

#### ※漫画の解説です※

認知症になると感情をうまくコントロールできなくなることがあります。 そんなときはそっと見守っていると、落ち着くこともありますよ。見守る側 も心の余裕を持つことが大事かもしれませんね。

# 『ちょっこし役立つ豆知識②』



最近、パソコンウィルス感染を口実にした詐欺が増加しており、突然の電話やメッセージで「ウィルス感染しています。指示通りにカードを購入してください」と言われるケースが増えています。しかし、これらの内容は詐欺行為です。実際にあった事件では、高齢の男性がカード6万円分を購入しようとして、携帯電話で通話しながらコンビニを訪れました。不審に思った店員が状況を確認し、男性に話しかけて詐欺を未遂に終わらせました。くれぐれも個人情報やカード情報を提供しないようお願いいたします。公式サポート窓口に直接問い合わせて信頼性を確認することが大切です。もし状況が不審であれば、迷わず警察に連絡することもお勧めします。

## 地域の催し案内

9月9日土曜日、エスポワール北広島の敷地内にて「翔仁会マルシェ」が開催されます!!!







SNSも宜しく お願いします



YouTubeチャンネル



Instagram



Twitter

## ~精仁会夏祭りの思り出~

射的・ヨーヨーすくい・的当てゲームで職員と 一緒に皆様楽しんでいただけました♪

























