

あゆみ

令和2年11月

第135号

日中のぽかぽかとしたお日様がより暖かく感じられる程、朝晩の冷え込みが厳しくなってきました。これから一段と寒くなりますが体調を崩さないように、衣服をこまめに調整しながらお元気にお過ごしください。

トモの日 秋を感じるメニュー

- ・山菜おこわ
- ・さんまの竜田揚げ
- ・里芋の田楽風
- ・茄子のお浸し
- ・清汁



〈おやつ〉
りんごのコンポート



←この中にたくさんの
光明石が入っています



冷えた体をポッカポカ！

デイサービスセンターには、2種類の浴槽があります。

椅子に座ったまま入浴していただける機械浴と、今年1月に

リニューアルした一般浴の浴槽です。一般浴ご利用の皆様には、腰痛・神経痛・

冷え性・疲労回復等の効果がある、準天然光明石温泉®（人工温泉）別名『つるつる素肌の湯』をご入浴頂けます。ご利用者様の中には、「お風呂の後、体が冷めにくくなった」「肌荒れが良くなった気がする」等の声もお聞きします。これから寒い季節がやってきます。ルーエハイムのお風呂で、冷えた体をポッカポカ！お風呂をお楽しみいただけたらと思います。

現在、体験利用も受け付けており一般浴のご利用でしたら、準天然光明石温泉®（人工温泉）をご体験頂けます。ぜひ、お問い合わせ下さい。



物作りレクリエーション

ぶどうの壁飾りを作りました。リングにした画用紙をぶどうに見立てました。



①細長く切った画用紙を丸めリングを作ります。サララップの芯を使うと、真ん丸のリングが出来ました。

②丸めたリングをぶどうの房の形に並べボンドで貼り合わせます。

③リングとリングの間に残りの画用紙を通してリングにします。(写真参考)

④茎と葉をつけたらぶどうの完成です。



途中細かい作業に苦戦される方もみえましたが、周囲の方と助け合いながら、おいしそうなぶどうが出来上がりました。「紙丸めるだけなのに難しいな」と苦労されている方も、ぶどうの形になると、大変喜ばれていました。



デイサービスの様子を紹介します！！

デイサービスセンタールーエハイムでは、

午前の余暇時間を利用し、漢字パズルなどの脳トレーニングを行っています。漢字を半分にしたカードを組み合わせ1つの漢字にしたり、ペットボトルの蓋に書いた漢字を組み合わせ、四字熟語にします。「私こんなのが大好きです」とあっという間に完成される方や、周囲の方や職員と協力して完成される方もみえます。時間がかかっても全てを完成されると、とても達成感のある表情をされるのが印象的です。



11月の予定

19日 物作りレクリエーション
《クリスマスリース作り》

サービス利用・デイ通信

お問合せ先

☎510-0266 鈴鹿市長法寺町字権現 763

☎059-372-3811 (代)

☎059-372-3814

✉ruheheim@circus.ocn.ne.jp

HP <http://www.ruheheim.com>

ホームページスタッフのブログの

“ルーエハイム通い”では、デイサービスセンターの行事等を紹介しています。

デイサービスセンタールーエハイム

副管理者 栗田

介護副主任 分部

