



# デイサービス 新倉敷良寛の杜

住所：玉島八島1555  
TEL:086-526-5551

## 令和元年 8月



日曜日

月曜日

火曜日

水曜日

木曜日

金曜日

土曜日

 のどがかわいてなくても <b>水分補給を!</b>	 <b>熱中症 予防</b>	 夏野菜収穫 & 片づけ	1	2	3	 足プール							
4	 <b>制作 週間</b>	5	 <b>良寛シアター</b>	6	 コグニ体操	7	 歓迎!! 学生ボランティア 来たる	8	 <b>壁面作り (お月見&amp;コスモス・トンボ)</b>	9	 <b>歓迎!! 学生ボランティア 来たる</b>	10	 <b>歓迎!! 学生ボランティア 来たる</b>
11	 <b>カフェ 週間</b>	12	 <b>良寛シアター</b>	13	 <b>良寛シアター</b>	14	 <b>良寛シアター</b>	15	 <b>良寛シアター</b>	16	 <b>良寛シアター</b>	17	 <b>良寛シアター</b>
18	 <b>お祝い 週間</b>	19	 <b>お祝い 週間</b>	20	 <b>お祝い 週間</b>	21	 <b>お祝い 週間</b>	22	 <b>お祝い 週間</b>	23	 <b>お祝い 週間</b>	24	 <b>お祝い 週間</b>
25	 <b>わくわく 体操 週間</b>	26	 <b>わくわく 体操 週間</b>	27	 <b>わくわく 体操 週間</b>	28	 <b>わくわく 体操 週間</b>	29	 <b>わくわく 体操 週間</b>	30	 <b>わくわく 体操 週間</b>	31	 <b>わくわく 体操 週間</b>



### 良寛シアター①

1912年、英国からタイタニック号は処女航海へと旅立つ。船上、画家志望ジャックは上流階級の娘ローズと、複雑な人間関係を乗り越え、恋に落ちる。しかし豪華客船は冰山と接触。その巨体は刻々と凍てつく大西洋へと沈み始める。

### 良寛シアター②

五反田の銭湯「松の湯」で繰り広げられる人間模様。新人(浅田美代子)、堺正章、悠木千帆が演じる「トリオ・ザ・銭湯」がギャグを連発。営業時間になると従業員が「女将さ〜ん! 時間ですよ〜!!」と叫ぶ下町喜劇ドラマ。



### 《8月の取り組み》

★暑さに負けず「コグニ体操」「わくわく体操」「ごぼう先生体操」で体を動かす★かき氷や足プールで季節を感じる★9月に向けて協力し合って制作を行う

○コグニ体操で頭も体も鍛えましょう

Cognition(認知)とExercise(運動) あわせて

Cognicise(コグニサイズ=認知症予防体操)

コグニサイズ実施の10カ条 1.無理はしないで徐々に 2.ストレッチのあとで 3.水分補給を 4.痛みが出たら休息 5.転倒に注意 6.短時間でも毎日 7.「やきやき」と感じるくらいまで 8.慣れてきたら次の課題へ 9.複数の種目を行なう 10.継続は力なり

HAPPY BIRTHDAY

8月生まれの方

カリヤ様 カマ様  
ワタナベ様 イシイ様

おめでとう  
ございます!



暑い夏を乗り越えましょう

- 一生懸命育てた夏野菜の収穫
- 冷たくて甘いかき氷
- 足プール
- ハンドセラピー