

無料

お試しデイサービス  
デイサービスの1日  
体験（食事付）を  
行っています。  
お気軽にお問合せく  
ださい。



若松苑デイサービスは、ご利用者の自宅から当事業所までの送迎を行い、介護サービスを実施しています。食事や入浴などの日常生活動作の支援や、生活機能向上のための機能訓練を行っています。認知症ケアが必要な方は個別訓練も行っています。野外活動や、誕生会、敬老会、クリスマス会、レクリエーション等、各種イベントを行っています。

## 年末年始の注意事項!!

年末年始が近づき、クリスマスにお正月と楽しいイベントの季節となりました。それに伴いご家族で集まる機会が増える事かと思えます。そこで注意が必要な事は密になる事です！出来るだけ3密を避けるようにし、新型コロナウイルス感染症対策を意識しましょう。

また、食べ過ぎや飲み過ぎはもちろんのこと、食中毒や食べ物を喉に詰まらせる等にも注意が必要です。冬場であっても、料理を長時間常温で置かないよう保存方法に気をつけ、なるべく取り置きは避けて早めにいただきます。お餅などの飲み込みにくい食材は避けていただくか、食べやすい大きさにカットしてからいただくことを心がけましょう。

他にも血圧が高い方は、寒さの刺激によりさらに血圧上昇する事が予想されます。冬が本番になるに連れ、手足が冷たい方が多くいらっしゃいますので、ペットボトルにお湯をいれて湯たんぽにしたり、保温性のある靴下・手袋を装着して暖かくし、気温・室温を意識しながら快適に過ごしましょう。



・インフルエンザウイルス対策もしっかりと・

今年には新型コロナ感染症との同時流行が心配です。早めにかかりつけ医での予防接種の実施を宜しく願います。また、予防接種をお済みの方は、デイサービススタッフまでご一報いただけますようよろしくお願いいたします。



月間  
わした  
新聞

若松苑  
デイサービス



特定医療法人  
アガペ会

☎ 935-5858

69 2020

11・12月

## ～ リハビリ通信 ～

「年末年始太り」という言葉があるように、利用者様の皆様も年末年始にごちそうを食べて動かず座りっぱなしという事が多くなると思います。そうすると動作が緩慢・各部位の痛みが強くなったりと転倒のリスクが高まります。

デイサービスでは、ご自宅でも共通した体操が行えるよう「NHKみんなの体操」を取り入れて実施しており、その後簡単な、足ぶみや腕を上下左右に動かす動作を、歌に合わせて楽しく30分程度行っています。楽しく行う事で認知機能の低下防止や、身体機能の維持・向上に繋がるため、ご家族一緒に行ってみてはいかがでしょうか。

合わせてご自宅でも簡単に行える運動も毎回お伝えしています。これからも楽しく健康づくりを実践してまいりますので、気になる事がございましたらお気軽にお声かけ下さい。



今年も一年ありがとうございました。

今年も若松苑デイサービスをご利用いただき誠にありがとうございました。来年もよりいっそうのケア・サービスが提供できるよう、職員一同頑張っておりますので、宜しくお願いいたします。

デイサービス 管理者 豊村



## 利用について

まずはご相談下さい！！

連絡先：**098-935-5860**

(内線**315**)

### 利用までの大体の流れ

①介護認定

※介護保険認定を受けて介護度のついた方が対象となります。



②体験利用や見学

※体験利用はお食事付きで無料で行っています！



③スタート前には介護支援専門員によるケアプランの作成等必要になります。詳細はご相談下さい。



④申し込み



※デイサービス直通

ダイレクトインガイダンスが流れます！

**内線315**ガイダンスに添って

ご連絡下さい！

### 若松苑デイサービス 今月の空き利用状況

	月	火	水	木	金	土
空き	1	5	1	5	3	2

**体験利用・見学も随時相談受け付け中です！お気軽にご連絡ください。**

## 活動の様子



### スタッフが迎えお送り致します



## 送迎範囲

北中城村全域  
中城村(一部)  
宜野湾市(一部)  
沖縄市(一部)

※地図の○内がおよその送迎範囲になります。その他場合もまずは、ご相談下さい！