

射的

魚釣り

ぽっか  
ぽっか  
9月号

城戸哲男書

第207号

発行日：令和4年9月12日

地域ケアセンター マグノリア

〒682-0022

倉吉市上井町1丁目2番1

TEL 0858-26-3922

URL : <https://www.med-wel.jp>

地域ケアセンターマグノリア

デイサービス

ホームヘルプサービス

ショートステイ

グループホーム

居宅介護支援事業所

配食サービス

地域包括支援センター

# 夏まつり

絶っ品！

かき氷

夏といえば  
“まつり”  
射的や  
夏のデザートを  
楽しみました

パフェ

マグノリアでの様子は  
ホームページでもご覧いただけます。



QRコード

## 【施設理念】

地域の総合窓口機能を強化し、地域と共に歩み、地域に選ばれる施設を目指す。

## 【施設方針・テーマ】

感染対策に注力し、安心してご利用いただける在宅サービスを提供します。

## マグノリアは 新型コロナウイルス 感染予防対策認証高齢者施設です

コロナウイルス感染防止のため、引き続きマグノリアでは、手洗い、マスク着用、消毒など感染対策を行い、サービスを提供させて頂いています。

入所者様の外出については、通院等以外の不要不急の外出は制限させて頂いております。

面会をご希望される場合は、事前にご連絡下さい。



## 今月号のご案内

- 1面
  - ・夏まつり
- 2、3面
  - 生活の様子
  - ・デイサービス  
(介護・予防・小規模)
  - ・グループホーム
  - ・グループホーム  
からりん
  - ・ショートステイ
- 4面
  - ・知って得する  
介護予防
  - ・土曜日何でも相談案内
  - ・ぽっかぽかの会のお知らせ
  - ・今月の予定
  - ・編集後記

① ぽっかぽか 9月号

# ドライブ

泊の海にきたで〜



# 介護デイサービス

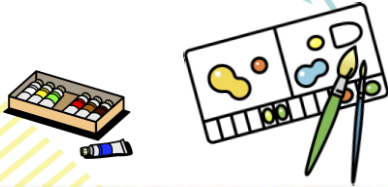


天気が良かったので皆さんで海を見にドライブに行きました😊

皆さん「気持ちいいなあ」と大満足の笑顔です！

# SUMMER

## 水彩画に挑戦！



## 予防デイサービス

水彩絵の具を使って塗り絵をしました。水彩絵の具を使うと違う色合いが出て面白かったです。



ぜひ皆さんも挑戦してみてください♪

暑さも少し和らいたので、ドライブへ行きました☆海まで一望でき、「こんなところがあったかいな〜」と、大好評でした。

えーと二にきたで〜

## 小規模デイぽっかぽか

山菜の里にて♪

えーながめだなあ



2022/08/26



2022/08/26

# マクハア グループホーム日記

れもんの家



ど二に  
はまるかいなあ

塗り絵とパズルの達人を横からこっそりパチリ📷  
集中力が違います。



# かりん グループホーム日記

☆夏野菜の収穫祭☆

夏野菜の収穫をしました。  
大きな野菜に、おもわず  
顔がニンマリ。  
今夜はピーマン炒めです。



えっと  
なつとるなあ〜

# ショートステイ

元気しとるか〜え？



コロナで面会が出来ない中、窓越しにて面会されました  
窓越しではありましたが、距離を感じない家族の絆を感じました。



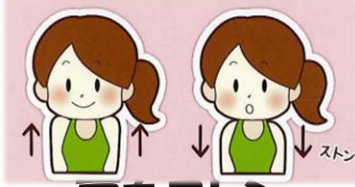
介護予防のためのお得な情報、知恵を専門職よりお届けします。  
今回は、機能訓練指導員おすすめの「肩こり体操」です。

肩こりの多くは、首や肩甲骨周辺の血行不良が原因で起こります。首周りの筋肉をほぐす体操を紹介します。

かたがたらくらく体操♪

参照元

Produced by Fitness Ja-んぐる



肩をストン。

両肩を持ち上げて一気にストンと力を抜きます。3~5回行ってみましょう。



首をのびします。

両手を頭の後ろで組み、腕の重みをかけてじわっと伸ばします。横にものびしましょう。



肩甲骨をよせましょう。

両手を後ろで組み、肩甲骨をよせるように力をいれます。10秒位たったら楽にします。両手を横に広げ肩甲骨をよせるように後方へ引きます。5~10回行いましょう。

土曜日何でも相談コーナーのご案内

マグノリアでは、土曜日サービス利用などについて何でも相談できるようにしています。新型コロナウイルスの影響で、直接来所されるご相談は減っていますが、電話でのご相談はありましたので、ご紹介いたします。

その①  
主な介護者が急用で家を2、3日空けている。自分一人ではどうしようもなく、どうしたらよいだろうか。

その②  
地域の民生委員様より、「一人暮らしの方の会議があると聞いて自分も参加したいがどこだろうか？」

等のご相談をお受けしました。ご本人や家族は曜日に関係なく、不安や困ったことはたくさんあります。すぐに対応し、少しでも不安が軽減でき、早く対応できればと思っております。

ぽっかぽかの会よりご案内

今年度もコロナウイルス感染対策をとりながら「ぽっかぽかの会」を開催いたします。第2回は10月20日13時30分~予定しております。今回のテーマは「冬の脱水・乾燥予防についてのお話」です。お気軽にご参加下さい。

編集後記

先日の台風11号はすごい風でしたね！実は、うちの屋根の一部が飛んでしまってもうびっくりです。皆さんの地域は大丈夫でしたか？まだまだ台風シーズンは続きますが、ご自愛下さい。(山根)

今月の予定

10月 7日 マグcafé  
20日 ぽっかぽかの会

