

ユートピア便り

No.41

9月13日に
グループホームにて
敬老会をしました。



NEW



Instagram 開設！！



@YUTOPIA_GH
グループホーム

デイサービスに続きグループホームもInstagramを開設致しました。当施設の魅力をこれからも沢山発信していきます。

左はグループホーム・右はデイサービスのQRコードとなっています。フォローを宜しくお願い致します。



@YUTOPIA_DS
デイサービス

グループホーム



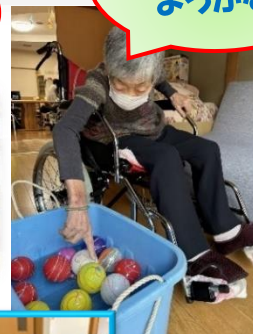
8月24日に夏を乗り切り楽しもう
会を開催しました(〜♪夏の定番！素
麺や色がきれいな三食ゼリーを頂か
れ、ミニゲームにて魚🐟ヨーヨー釣り
を楽しまれていました😊



素麺おかわりされ
た方もいました🍜



何色にし
ようかなあ



釣った魚をわんちゃ
んがあ…狙ってる🐕

9月の行事にて13日に

敬老会

寿



いつも
ありがと



メイドさんも登場！！
横笛披露されました🎶

みんな一緒に
ひょっとこ踊りが



HAPPY
BIRTHDAY

米寿おめでとう
ございます🍵🍵

ユートピア最年長の
104歳です🎂

植田静子様 祝 104歳
大正9年7月16日生



松尾正敏様 祝 92歳
昭和7年8月3日生

これからも沢山の笑顔を見せて下さ
いね♡楽しい時を一緒に過ごしてい
きましょう♡

諸江二六子様 祝 84歳
昭和15年8月17日生



小林英子様 祝 89歳
昭和10年8月12日生



鷹田岸江様 祝 88歳
昭和11年9月23生

デイサービス

7月

夏祭り



七夕会



みんなの夢が
叶いますように



カラオケ



スイカ割り



ヨーヨー釣



射的



8月



ユートピア甲子園大会



ホームラン量産！！
大盛り上がりの試合に
なりました♪



ユートピア



8月14日
ユートピアの場で
収穫した南瓜です



移動スーパー
とくし丸



月・木の週2回来るとくし
丸での買い物は、みなさん
大変喜ばれています！



敬老会

9月



カラオケ



職員ダンス



リズムダンス



いつまでもお元気で
明るく楽しい日々をお過ごしください





2024年の夏も終わり秋に移っていきますね。皆様いかがお過ごしでしょうか？ 早いもので今年も残す所あと3ヶ月あまりとなりました。今回はあまり聞きなれませんが秋バテについてお話をしたいと思います。

秋バテとは、夏バテに似た症状が9月下旬から現れる体調不良で、自律神経の乱れが主な原因です。**原因**は秋の気候の変動が激しいことや夏バテを引きずっていること等です。主な症状としては「倦怠感 立ちくらみ めまい 食欲不振 疲労感 不眠 頭痛 肩こり 集中力の低下 イライラ感」などです。

対策としては ①睡眠を6～8時間とる。②栄養バランスの整った食事（温かい食べ物 たんぱく質 豆腐など）③入浴などで体を温める（38℃～40℃）④適度な運動（ウォーキング、ストレッチ等）ケアをして今年も駆け抜けましょう。

ホームヘルプ

皆さんこんにちは元気にお過ごしでしょうか？
田んぼは黄金色になり、朝夕と涼しい風が吹き過ぎやすい気候に近づいてきましたね。
今回は、新人ヘルパー職員紹介をします。

新人職員紹介



とりや
鳥谷 あすか

8月よりヘルパーとしてお世話になってます
1ヶ月が経ち利用者様に助けて頂きながら楽しく仕事が出来ています。

「また来てね。」と言ってもらえるヘルパーを目指して、笑顔を大切に1日1日過ごしていきたいと思います。少しでも早く仕事を覚えて皆様のお役に立てるよう頑張っていきます。



編集後記

最近暑さも落ち着き、朝夕が涼しく感じられてきました。今月は前回の若楠国体から48年ぶりに佐賀県でSAGA2024国スポが開催されています。ユートピアではスポーツのレクリエーションを数多く企画し利用者様に楽しまれています。ボランティア様の訪問に誠に感謝申し上げます。利用者様の沢山の笑顔を広報誌やInstagramを活用して情報発信していきたいと思います。

ユートピア広報委員会一同より