



# コーヒー牛乳通信



2022年度 10・11月号

平素は、事業所運営にご理解・ご協力いただきありがとうございます。  
日一日と寒さが募るようになりました。日が暮れるのも早くなり、季節の移り変わりを感じています。

10月・11月は散歩に出るのに心地よい時期、また外出イベントを楽しめる行楽シーズンでした。プロペラも様々なイベントを開催しましたので、ご報告させていただきます。



## この号の内容

### 活動報告

- ・コシコシプログラム
- ・お楽しみプログラム
- ・100歩の会

入浴プログラム始まりまーす

編集後記

## 活動報告

### コシコシプログラム

～10月 ハーバリウム作り～



10月はハーバリウム作りを行いました。花材を選び、瓶に詰めていくのですが、お花の好みもメンバーさんそれぞれで、一つ一つ雰囲気異なる素敵な作品ばかりでした。その方らしいお花を選ばれたり、意外性があったり・・・と、一緒に取り組みながら、皆さんのキラッと光る感性を感じさせていただきました。ご自宅に飾っていただいている方も多く、ご家族様の暮らしの中で癒しの一部になっていることと思います。





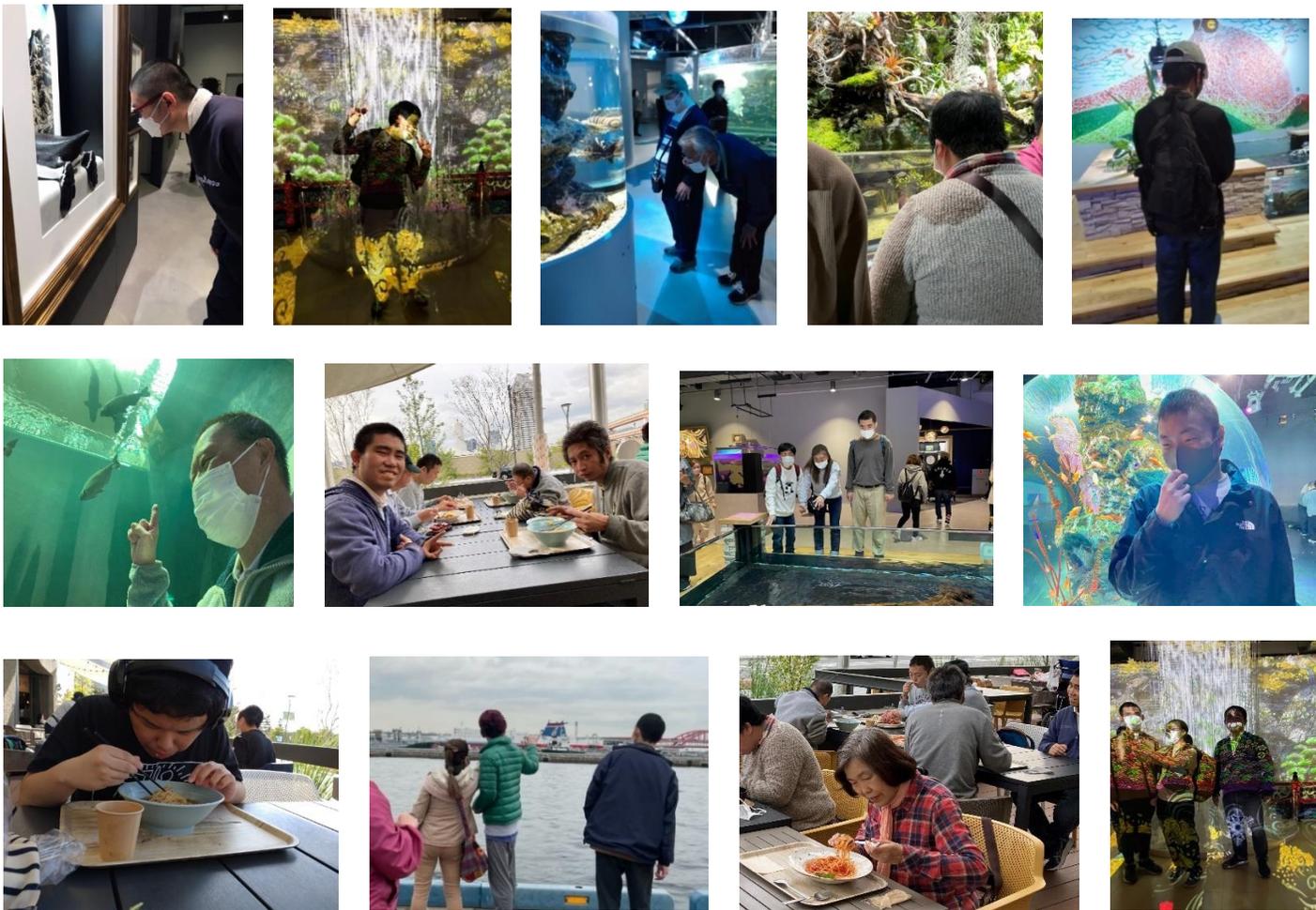
～ 11月 日帰り旅行 ～



毎年恒例の日帰り旅行、今回は昨年10月にオープンした a toa に行ってきました。

a toa はアクアリウムと舞台美術・デジタルアートが融合した新感覚の水族館です。館内はエリアごとに様々なテーマに沿った演出がされており、とても幻想的な空間でした。また、珍しい生き物も多く見ごたえがあり、楽しめる工夫が詰まっていました。ゆっくりと a toa を体験した後に、併設するフードホールでランチをしました。





## お楽しみプログラム



～ 10月 手品ショー ～

ボランティアさんによる手品ショー、見るだけでなく体験もしてみました。

日常ある物を使った不思議な手品に、「どうなっているの??」と興味深い皆さんでした。



## ～ 11月 紙芝居 ～

ボランティアおやゆび姫さんにお越しいただき、読み聞かせをしていただきました。

拍子木の「カチカチ」の音で紙芝居のはじまりはじまり～。お話の途中に効果音が流れたり、声を出して参加したりと楽しい時間を過ごすことが出来ました。



## 100歩の会



メンバーさんそれぞれのペースに合わせたグループごとに運動をおこなうこのプログラム。どのグループの日も本当に良い天気に恵まれ、予定通り実施することが出来ています。



## ～ 10月 Jupiterグループ ～

名谷あじさい公園に行ってきました。遊具もあり、過ごしやすいところです。

皆さん体をしっかり動かしておられます。



～ 11月 Mercuryグループ・Venusグループ ～

プロペラから須磨海岸まで歩きました。広～い海岸は気持ちよかったです。



## 入浴プログラム 始まりま～す

かねてよりご案内しております入浴プログラムについて、アンケート等へのご協力をいただきありがとうございました。いよいよ12月から試行的に開始させていただくことになりました。入浴は、皆さんにとって大切な生活の一部ですね。お風呂タイムが好きな方も多くいらっしゃるのでは・・・ 快適にそして安心してご利用いただけるよう努めたいと思います。

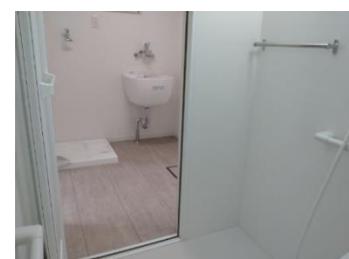
## 編集後記

最後までご覧いただきありがとうございます。

気が付けば、もう師走を迎えます。今年もあっという間に駆け抜けたような気がしますが、イベントや活動の写真を見返すと、皆さんのたくさんの笑顔が写っていました。

いつも楽しい毎日を本当にありがとうございます♡

文責：尾崎あゆみ



発行：ライフスペース・プロペラ

654-0024

神戸市須磨区大田町 2-1-1 土屋商店ビル

## 看護師のつぶやきコーナー

### 乾燥対策をしましょう☆

最近、肌がかさかさしませんか？

気温と湿度が低くなってきています。空気が乾燥すると、様々な問題が起こってきます。

たとえば…

乾燥しやすい肌のかたは、皮膚を守るバリアが少なく、痒みや皮膚トラブルを引き起こしやすくなります。



手洗いや消毒をまめに行う習慣があるかたは、手が乾燥し、ひび割れを起こすこともあります。



乾燥するとささくれが目立ち、きれいに取ろうとして傷が深くなる場合があります。



感染症にかかりやすくなります。



プロペラでは、手荒れしやすいかたやささくれが気になりやすいかたに、こまめな保湿ケアを心がけています。早めのケアが症状の悪化を防ぐので、看護師と支援員が情報共有して対応しています。

新型コロナウイルス感染症が再拡大しており、冬に流行しやすい感染症も増えてきています。病気をもらいにくい体づくりのために、乾燥対策も大事な感染予防です。環境調整のほか、汗をかきやすいかたや喉の調子が悪そうなかたには、こめまな水分補給やうがいを勧めています。

うがいが難しいかたには緑茶がおすすめです。

以前お知らせしたように、職員の新型コロナウイルスの抗原検査を週1回を目安に行っています。職員の出勤状況により間隔が空く場合もありますが、定期的に陰性を確認して勤務しています。

感染対策や環境調整で気になる点がありましたら、いつでもご相談ください。

(文責 熊沢 理恵)