ゆったり館 デイサービス通信

第　5　号

令和８年　10月号

いわきゆったり館 デイサービスセンター
〒972-8321 いわき市常磐湯本町上浅貝22-1
【TEL】0246-43-0805

10　月　の　行　事　予　定

	レクリエーション	製作・脳トレ
1~3	ペットユニカール	脳トレ
5~10	体操／二段輪投げ	塗り絵
12~17	ビリヤード／体操	脳トレ
19~24	ペットユニカール／七転び八起き	カレンダー製作
26~31	誕生会	カレンダー製作

お誕生日おめでとうございます



デイサービスの一日

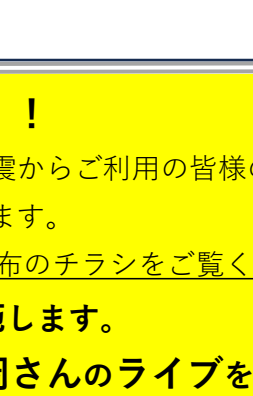
ご利用者様がデイサービスでどのようにお過ごしているかをお知らせします！！

今月は、「 入浴 」です。

いわきゆったり館デイサービスセンターの１日

～ 日帰りで入浴やリハビリ、食事などの介護サービスが受けられます ～

8：30	送迎	ご自宅までお迎えに上がります
9：30	健康チェック	血圧・体温・脈拍を測定します
9：45	入浴・リハビリ	お体の不自由な方でも安心して入浴できます 利用者さまの状態に合わせた個別機能訓練を行います
11：45	昼食	お食事を提供します
13：30	健康チェック	午後の体調チェックを行います
14：00	集団機能訓練	リハビリを目的とした体操やゲームなど レクリエーションを行います
15：15	おやつ	
15：35	送迎	ご自宅までお送りします



用語検索

入浴



入浴は人気メニューの一つです。

特に当施設は日本三古泉の一つ「いわき湯本温泉」を使用しています。

入浴の目的は、大きく２つあります。

一つ目は、副交感神経が刺激され、リラックスした状態をつくります。また、温かいお湯につかることで血管が拡張し、循環が促進され、新陳代謝が高くなることで、疲労回復にも効果的です。

二つ目は、身体の清潔を保持します。入浴しない日が続くと、皮膚に汚れがついた状態となり、床ずれや尿路感染症を引き起こす原因となります。また、入浴時の全身チェックにより、皮膚疾患や病気の早期発見にもつながります。

入浴を楽しみに通所されましたが、次の場合は入浴を見送る場合がありますのでご理解願います。

〇血圧や心拍数等が日頃と違う場合
〇傷が完治しておらず感染症のリスクがある場合
〇お腹の調子がいまいちの場合　　など
※代わりに「シャワー浴」をお薦めしています。

【入浴の流れ】

体調チェック	☞バイタル等のチェック
脱衣・浴室へ	☞転倒防止・ヒートショック対策
洗身・洗髪	☞できるところは自分で洗う
入浴	☞全身浴・半身浴等体調にあわせる 全身チェックを行う
湯上り後	☞軟膏塗布や爪切り等ケアを行う 皮膚疾患や傷などの処置を行う

※随時、水分補給を行っています。

スタッフ紹介



こんにちは。子育て奮闘中の北畠です。

朝晩すっかり涼しくなり、秋を感じている日々です。秋といえば食欲の秋！美味しい食べ物が沢山ですね。我が家は、梨や葡萄、さつまいもや南瓜が大好きで、みんなで競争しながらあっという間に無くなります。美味しい食べ物があると、みんな笑顔になりますね。

季節の変わり目なので、体調や自律神経が乱れやすい時期です。美味しい物を食べて、適度な運動はデイサービスでの機能訓練を一緒に行いましょう。

お知らせ

〇災害時の臨時休所について！！

台風や線状降水帯による大雨や地震からご利用の皆様のいのちを守るため、臨時休所する場合があります。

休所判断基準は、９月中旬から配布のチラシをご覧ください。

〇10/6（火）消防訓練を実施します。

〇10/7（水）アントニオ杉岡さんのライブを行います。

♫９月18日　～鹿島ウクレレクラブさん～ ミニコンサート開きました♪





【編集後記】　令和8年10月25日は何の日でしょう？ヒントは、平成26年45.85%、平成30年45.04%、令和4年42.58％です。正解は…
福島県知事選挙の投票日です。また、いわき市長選挙の投票率は、平成29年49.13％、令和3年47.68％、令和7年41.84％です。
因みに、昭和51年知事選は81.15%、昭和49年市長選は85.21%でした。選挙は、私たちの生活や社会をよくするために、私たちの意見を反映してくれる代表者を決めるものです。「～人民の、人民による、人民のための政治～　エイブラハム・リンカーン」

