

7月

夢みらい 倶楽部活動カレンダー

月	火	水	木	金	土	日
1	2	3	4	5	6	7
④アート(七夕飾り)						
8	9	10	11	12	13	14
②音楽 ⑥七夕 そうめん			①パーネデリシア のメロンパン			
15	16	17	18	19	20	21
		⑤ 誕生日会		②音楽		
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31	★天候や通いの人数によって、 倶楽部活動メニューが変更に なる場合があります。			

①大人の平日倶楽部

ハーゲンダッツアイスクリームを召し上がって頂きました。
冷たくて甘くてみなさん笑顔♪



申し込みなしで
参加できます

オレンジカフェひだまり

認知症の方とご家族、地域の方が気楽に
お茶を飲みながら語り合える場所です。
日時：毎月第4金曜日 7月26日 13:30~15:00
会場：北本介護センター1F 地域交流スペース
主催：北本市地域包括支援センター北本社協
参加費：100円(お茶代) 申し込み不要

生協10の基本ケア講座

- ①換気をする
 - ②床に足をつけて椅子に座る
 - ③トイレに座る
 - ④温かい食事をする
 - ⑤家庭浴に入る
 - ⑥座って会話をする
 - ⑦町内にお出かけをする
 - ⑧夢中になれることをする
 - ⑨ケア会議をする
 - ⑩ターミナルケアをする
- 日常生活の
土台を整える
- 自分らしく
地域の中で
生きていく
- 生き方死には
自分で決める

⑤家庭浴に入る

湯船に入るの素晴らしい日本の文化です。
ご自宅での入浴が難しくなっても、一人ひとりの思いによりそって
気持ちよく入浴できる状況を作っていきます。
湯船につかると、みなさん「あ～～きもちいいね～」と喜ばれます。
気持ちいいと感じることは、生きる気力につながっていきます。

できていないとどういう状況？ ⇄ できているとどういう状況？

シャワーだけで、体が温まらない。
自分の好きなタイミングで入れない。
ゆっくりお湯につかれず疲れが
取れにくい

血行改善、新陳代謝促進、要介護リスク低下、
爽快感・快感・喜び・清潔にすることでコミュニ
ケーションが活発になる。
尊厳の保持・社会性維持・身だしなみを整える

