

良いお年を お迎え下さい



「師走」

夏が終わったと思った
ら、もう冬が来ました。
冬が来たと思ったら、
もう年越しです。
早いものです。

まなびの場

「私の事は私が決める」ということ

私たちは楽しいこともつらいことも自分で決めて生活しています。

自分で行きたいところ、食べたいものを決めるとワクワクします。それは、私たちは決める権利を持っているからです。

決める時はいくつかの選択肢があつて選べるとさらに良いようです。何かを決める時のポイントがあるのでご紹介します。

「理解」 情報を理解できること。

「記憶保持」 その情報を覚えていられること。

「比較検討」 情報を比べ選ぶことができること。

「意思表示」 選んだことを決め、伝えること。

皆様、この4つのことを毎日続け、「私の事は私が決める」ことを続けましょう。

(日就苑介護支援センター 市川)



ご利用者様の声

「自転車に乗って、遠出できるようになった！」

健康のコラム

【からだを温めること】

熱を作る為には筋肉が必要です。内臓から温めるには食べ物や飲み物に気をつけましょう。

足元まで血流を巡らせるためにも防寒アイテムを使い、しっかり寒さ対策をしておくことが重要です。

(看護師 中村)



ご連絡

12月29日(金)～1月3日(水)はお休みを頂きます。

本年中は大変お世話になりました。
よいお年をお迎えください。

職員のお知らせ

12月1日より職員が入職します。

介護職員の遊佐弘子と申します。

よろしくお願いいたします。

