



### 社会参加・地域貢献活動のプロジェクト名が決定しました

# 北デイ たのしが 生きがいプロジェクト

北デイサービスセンターでは日々新聞エコバッグづくりや清掃活動、手作り品の提供などの社会参加活動や地域貢献活動に取り組んでいます。これらの活動が多くの新聞やテレビで紹介いただけたことで、近畿各地の一般の方からも多くのお問い合わせや協力の申し出をいただきました。そこでモチベーションアップや、活動に興味を持たれた方と広く協働していくために、この度当センターではプロジェクトを立ち上げました。

## その名も「北デイ たのしが 生きがいプロジェクト」

ご利用者、職員、地域の方などに意見を募って命名した皆のプロジェクトです。

このプロジェクトのもと、ご利用者の『もっと多くの人に知ってもらいたい！』『沢山のひと繋がってみたい！』『色々なことをしてみたい！』『新しいことに挑戦したい！』という要望に応えていきたいと思えます。



新聞エコバッグ作り



地域清掃



寄付用雑巾作り

コラボ

よろしく  
お願いします

### 北デイたのしが生きがいプロジェクト × co-ci (コーシー) プロジェクト

北デイたのしが生きがいプロジェクトは、循環型地域共生社会を目指すco-ci (コーシー) プロジェクト (新潟・千葉・埼玉・長野・大阪・兵庫・徳島・長崎・沖縄などで展開中) と協働しています。

## 『ミシガン州立大学との交流会』を予定しています！

日時：令和5年3月3日 (金) 午後2時～3時半

場所：彦根市北デイサービスセンター デイルーム・活動室など

留学生に新聞エコバッグ作りをお教えしたり、日本の伝統的スイーツ「ぜんざい」を一緒に作って味わったりと、楽しい時間になるよう計画しています。当日は計6名の留学生と職員さんが来所される予定です。新聞エコバッグ作りの材料である英字新聞を通して結ばれたミシガン州立大学とのご縁！このような形で広がりを見せ、新たな楽しみを生み出しています。

お知らせ

# 北デイサービスセンターの主なプログラムのご紹介

	プログラム	効果
身体機能維持・向上	ストレッチ	首、肩、腰、体幹、手首、下肢など各部位を無理なくほぐします。
	上半身の体操	衣類の着脱や扉の開閉などの日常動作に効果的。呼吸を整える効果も。
	下半身の体操	歩行の安定や立ち上がりの向上、転倒予防に効果的。
	体幹の体操	全身のバランスを改善し、転倒予防、失禁予防に効果的。
	平行棒体操	立位での筋力アップのトレーニング。
	その他機能訓練・体操	平行棒歩行・昇降階段・金亀体操・いずみ体操・口腔体操など。
	歩こう会	姿勢を意識しながらセンター内外を歩行して、歩行の機会を増やします。
選択活動	作品作り	季節を感じる作品作り。一例として、フラワーアレンジメントやドライフラワー、押し花を利用してのリースや壁飾り作りなどが好評です。
	調理	電磁調理器や電子レンジなどを使用して、帰宅後おかずになる一品や、皆で軽く試食できる一品などを調理。
	買い物	購入のみならず、商品準備もしていただきます。手軽に食べられる食品類が人気です。
	園芸・畑作り	中庭で花や畑の世話、草取りなどしています。育った花や野菜はフラワーアレンジメントや調理で有効活用。
	フラッシュカード	認知能力、記憶力を高める脳トレ。認知症進行予防に効果的。
	健康講座	楽しく学んで健康意識を高めます。「心不全」や「認知症」など様々なテーマで学びます。
	健康相談	気になることを看護師に気軽に相談。
クラブ	折り紙クラブ	楽しみから社会貢献へ。作品は地域の子供たちにプレゼント。
	編み物クラブ	襟巻やポーチ、アームバンドなどを編んでいます。
社会参加	清掃活動	地域をきれいにして社会に貢献。地域の落ち葉拾いなどを行っています。
	エコバッグ作り	新聞紙で作ったエコバッグを地域の方に活用していただいています。

お問い合わせは・・・北デイサービスセンター TEL 21-0301

萩原・小椋・山田までお願い致します