9月の

ミニ講話

毎月

自分らし 宇佐美 い生活を送るため に 運

つ

ŧ し

ょ

せていただきます、ハピスポデイ和かなで作業療法士 皆さま、 はじめまして! 今 回、 ミニ講話を担当さ 動

を送っていますが、来所されるご利用者の笑顔に元気 入職し約一年半、まだまだ学ぶことが多く忙しい日々 ためには体力や筋力の維持・向上が欠かせません。

そ

Ś

に変わり、約四カ月が経ちました。皆さんの生活も少 さて、今年の五月から新型コロナウイルスが第 づけられています。

しずつ変わってきているのではないでしょうか? ピスポデイ和かなでは、 園外活動の再開や、

姿を取り戻し、活動的になってきました。 ランティアの受け入れ再開等、 徐々にコロ 皆さんの中 ナ禍 0) が前の

かけする機会や友人に会うことが増えてきた方もい ると思います。ですが、 以前より「体力が落ちたな」 ておりますー

作業療法士 2015 年~市内総合病院 2022 年~静和会

プロフィール

社会福祉法人静和会 ハピスポデイ和かな

趣味: 海釣り ゴルフ バスケットボール キャンプ

多趣味でアクティブな毎 日を過ごしています!

スノーボード



として勤務しております、宇佐美誠也です。 誠也 さん 静 和会に るということが見受けられます。 「出かけることが大変になった」など、 性が低下した結果、 また今までの生活、「自分らしい生活」を送ってい ピスポデイ和 動習慣を身に か 体力や筋力が落ちてしまって 作業 療 け 法 コロナ禍で活

外部ボ 五類 と悩んでいる方も、 いるけど、「何を?」「どのくらいやればいいのだろう」 があります。 いますので是非会場へお越しください。 のためには日頃から運動をする習慣を身につける必要 運動をしないといけないことは分かって 今回のミニ講話が参考になると思

にも外に出ることを自粛していたけれど、徐々にお出 に、 してください 実施する予定ですので、皆さん動きやすい服装でい 今回、ミニ講話に加えて軽い運動も行います。 転倒 0 危険性を知ることができる簡単なテストを 当日お会いできることを楽しみにし さら

開催となります。 今月は「かけこまち七間町」で予約制での

九月オレンジカフ

エ

静 岡

は

静

岡

市

主

催

和

五年度アル

ッ

1

7

·月間:

特

别

イベ

「か

した。 と同じプログラムで開催することになり ちで、私どもオレンジカフェ せ申込先まで事前にご連絡いただきますよ 知ってもらうために今回 こまち七間 今回 静岡 宜しくお願い致します。 「認知症カフェ体験会」として、 問合せ申込先 は 市内の多くの方に、 予約 静岡市地域包括ケア・ 上 町 」 制 誰もが活躍推進本部 での となりますの **2**054-221-1623 開催となります。 体験会というか 認知症カフェ 静 で、 岡

左

記

問

合

今後のオレンジカフェ予定

令和5年10月15日(日) 10月~ハピスポでの開催です。 遠藤 博之 先生 ミニ講話 たんぽぽ診療所 院長 「コロナ禍の残したもの」



令和5年11月19日(日) ミニ講話 近藤 匡晴 先生 こんどう歯科医院 院長

かけこまち七間町 会場

静岡市葵区七間町5-8 住所

共催

NPO 法人ヒューマン・ケア支援機構 社会福祉法人静和会

連絡先

2 090-8731-7647

✓ orange@npo-humancare.jp

カフェ 、三二講話 宇佐美誠也 声のワークショップ 質疑応答 個別相談(清島順子さん) のプログラム

今月の相談担当者

が

7

つ

を

今月は伝馬町横内地域包括支援センター 相談にのってくださいます。 清島順子さん が「かけこまち七間町」にいらし (保健師、 ケアマネジ



会場 「かけこまち七間町」