



# うめわか通信 3月号

～ 第180号 ～

## ～ 節分会 ～

今年の節分会には、剣劇俳優の園井風童さんが来てくださり、みんなで福を呼びました♪



園井風童さんと年男、年女のみなさん  
 大きな大きな恵方巻(^◇^)



そのいふうどう  
 園井風童さんと握手♪



節分御膳とおやつ



## ～ 介護者講座 ～

令和7年2月18日(火)

「広げよう防犯の輪」悪質商法、詐欺等に遭わないために  
講師：墨田区役所消費者センター 消費生活相談員 吾住都美



地域の方々9名がご出席。

最近の相談事例として、屋根の点検商法、ネット通販の定期購入、貴金属の訪問購入、海産物の送りつけ商法などがあるとのこと。講義後の質問にも丁寧に答えていただき、「とても分かりやすかった!」と大変好評でした。

## ～ 介護等体験 ～

介護等体験♪ ボランティア

うめわかデイサービスでは、社会貢献と次世代の育成を目的に、介護等体験やボランティア等を受け入れています。

今年も体験ボランティアや教員免許の取得を目指す学生が来て、利用者の皆さんと一緒に活動に取り組みました。





作業療法士 西野

# 「輪投げの効果について」

教えて！  
西野さん

うめわかデイサービスでは、体や頭を使ういろいろなレクリエーションを行っています。今回、手軽に楽しめる

「輪投げ」の効果について考えてみたいと思います。

まず、体の面では、座った姿勢で上体をしっかり起こし、輪を投げる力加減を調節するなど、全身のバランスや協調性を高める効果が期待できます。また、心の面では的（棒）を狙う集中力、どこを狙うか考えることで脳が活性化されます。棒に入った時の嬉しさを感じることで、ストレス解消にもつながります。

さらに輪を投げる人を応援したり、棒に入った時に拍手をしたり、一緒に得点を計算したりなど他者との交流や会話をする機会にもつながります。

はいれ！



それ！



## ～ SNSによる情報発信をしています ～

梅若デイサービスの様子をパソコンや携帯電話などでご覧になれます。

ぜひご覧ください。



フェイスブック



インスタグラム



祝日もやっています！！

3月20日(木)  
春分の日





**みんなで運動♪**



**楽しく運動♪**

