

# みねのさと 通信

2017/11月

第96号

発刊日 平成29年11月発行

まちのコミュニティーセンター



# みねのさと

mine no sato



## 「五感サロン」わたしたちの想い

私たちは創ります。

昔あった大家族のような温かい「場」を！

素の自分にもどり、肩の力を抜く ほっと息をつける  
ありのままの 自分に気づく場

そして家族のように なんでも言い合える安心の場

“みねのさと”の由来は、  
「みね」は水、泉、水が湧き出るのが如く  
関わるすべての人の可能性を引き出す「さと」であること

感性豊かな小さいころからの記憶 五感で感じる  
にっぽんの暮らしの大切さ楽しかった思い出を

わたしたちは、「五感サロン」で再現させていきます。

感性を磨きしあわせになるために  
ひとりでも多くの方が介護を通じて夢の実現をする

わたしたちが創りたい「五感サロン」はこんなサロンなのです。

## 霜月 しもつき

朝霧が降りる「霜降月」が略されて霜月になった。他に「霜見月」「霜待月」「雪見月」や、神無月に出雲大社に集まった神様たちがもとの場所に帰るので「神帰月」ともいわれる。

## 11月の誕生花

菊

花言葉  
「高潔」



## 11月のイベント

神戸市の結核患者  
1年間に約300人！



せき・たんが長引くときは、  
マスクを着けて医療機関を受診しましょう。

神戸市保健所 KOBESHU

## 高齢者に多い結核と予防について

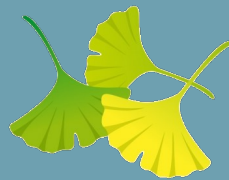
11月7日(火) 14:00~15:00

参加費無料(予約制)

全国で2万人、神戸市だけで300人以上の方が毎年新たに結核を発病していると言われています。神戸市北保健所の保健師の方をお呼びし、結核と予防について知識を深めたいと思っています。ご利用さまの家族の方もご参加可能です。是非お待ちしております。

# デイサービスセンター みねのさと

四季を感じるデイサービス



## しゅりーエーション と五感サロ 11月予定



### 今日の体操テーマ曲

せんせい



### 今日の口腔体操

夕やけ小やけ  
月

### 今日のお誕生日



お誕生日おめでとう  
ございます

6日♡A様(83歳)  
11日♡K様(87歳)  
19日♡M様(89歳)  
25日♡N様(75歳)

★おたんじょう日★

### 今日の理美容



ご予約制

※5日前迄にご予約下さい  
※ご利用時間4時間以上の方対象

11月10日(金)午後  
11月22日(水)午前  
11月28日(火)午後

ご希望の曜日があれば  
随時調整します。

月		火	水	木	金	土
★四季折々の自然について★			1	2	3	4
レク	午前	7日頃 立冬 この日から立春の前日までが暦の上での冬	足を使って言葉作り	歌って脳トレ	足を使って言葉作り	歌って脳トレ
五感	午後	22日頃 小雪 ちらほら雪が降り始める	おやつレク	小物作り	音楽と楽しもう♪	書道教室
6		7	8	9	10	11
レク	午前	足を使って言葉作り	歌って脳トレ	足を使って言葉作り	歌って脳トレ	足を使って言葉作り
五感	午後	呼吸法と瞑想	イベント	外出して秋を感じよう	健康体操	シャンソンを歌おう
13		14	15	16	17	18
レク	午前	足を使って言葉作り	歌って脳トレ	足を使って言葉作り	歌って脳トレ	足を使って言葉作り
五感	午後	気功	お楽しみレクリエー	フラワーアレンジメント 材料費600円	呼吸法と瞑想	小物作り
20		21	22	23	24	25
レク	午前	脳トレーニングゲーム	吹いて飛ばして口腔トレーニング	脳トレーニングゲーム	吹いて飛ばして口腔トレーニング	脳トレーニングゲーム
五感	午後	呼吸法とヨガ	おやつレク	脳トレ	脳トレ体操	お楽しみレクリエー
27		28	29	30		
レク	午前	脳トレーニングゲーム	吹いて飛ばして口腔トレーニング	脳トレーニングゲーム	吹いて飛ばして口腔トレーニング	
五感	午後	書道	気功	カレンダー作り	カレンダー作り	

※サロン内容はスタッフ状況により変更になる場合があります。ご了承いただきますようお願い申し上げます。



まちのコミュニティーセンター

# みねのさと

mine no sato

## 無料体験募集中



www.minenosato.com

ホームページもリニューアルいたしました！



## 無料体験会員募集中



地域の方 介護されているご家族さま対象の体操教室もできました！



体操教室  
genko

14:00~14:45

1回 500円

登録制

休日：木・日・祝日

毎週木曜日

登録制

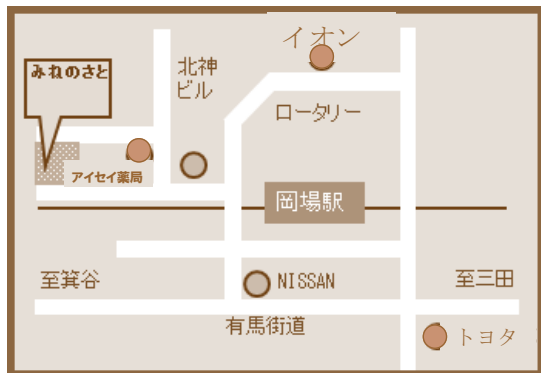
祝日休

月	火	水	木	金	土
介護予防&楽々いきいきコース	呼吸法とシニアヨガ	マインドフルネス健康体操	休	呼吸法とシニアヨガ	介護予防&楽々いきいきコース

中高年の方対象の健康教室です。体に不調がある方 生活習慣病の予防 体重が増加ぎみの方 夜眠れない方 自律神経のバランスが崩れやすい方 運動不足の方 介護疲れの方 に有効です！

シニア 気功 11/16 (木)	第3木曜日(祝日休) 10:00~11:15 毎月開催 1000円/回	気功はストレスの緩和・自律神経のバランスを整え、心身ともに薬になります。さらに中高年の足腰を鍛え、転倒予防につながります。
母と子の 憩いの 体操教室 11/9 (木)	第2木曜日(祝日休) 10:00~11:30 毎月開催 1000円/回	産後1ヶ月~1年半の方(妊娠中の方も)妊娠・出産で緩んだ骨盤底筋などひきしめ、また母乳の分泌をよくするような体操をします。産後の不安・育児の不安など助産師による相談も可能です。

お問い合わせ 078-987-0128



### 居宅介護支援事業所まこと

担当ケアマネジャーが、皆様の介護に対するご心配やご相談をお伺いし、介護計画を作成いたします。お困りごとがありましたらいつでもご相談下さい。

お問い合わせ

TEL:078-959-6707

FAX:078-959-6377



デイサービスセンターみねのさと

〒651-1302 神戸市北区藤原台中町2丁目2番3号 TEL0789-987-0128 FAX078-959-6377