

# 花見川いきいきプラザ内デイサービスセンターだより 8月号



発行 令和5年8月1日

〒262-0011 千葉市花見川区三角町750番地

TEL 043-216-0080 FAX 043-216-0083

ご利用者の皆様へ

日頃より花見川いきいきプラザ内デイサービスセンターをご利用いただき誠にありがとうございます。  
ございます。

さて、お手元に「介護保険負担割合証」が届いていると思います。お手数をおかけいたしますが、ご利用時に持参くださいますようお願いいたします。（コピーをとらせていただいております）

夏本番を迎えました。水分と栄養を取って暑さに負けないように過ごしましょう。



おらせ



いきいき夏祭り 8月10日（木） 8月11日（金）に  
開催します。皆さん、おたのしみに!!!



今年も短冊に願いを込めて

皆さんで七夕を行いました



いきいき農園☆お野菜たち



～看護師より～ (\*~\*) やる気があればできる脳トレ (\*~\*)



毎日暑くて少し動くのも億劫になりますね・・・。  
今月は紙もペンも必要ない、やる気さえあればどこでもできる  
脳トレをご紹介します。皆さん、1度は挑戦してみてくださいね。

☆100からの引き算☆ (暗算で行います)

$100-7=93 \Rightarrow 93-7=86 \Rightarrow 86-7=79 \Rightarrow \dots\dots$



と、どんどん引いていきます。おすすめの引く数字は  
7ですが意外と難しいので2や5など計算し易い数字から  
始めるのも良いでしょう。



☆掛け算☆

$1\times 1=1, 1\times 2=2, \dots, 2\times 1=2, \dots, 9\times 9=81$  まで行います。  
その次は下がり九九です。 $9\times 9=81, 9\times 8=72, 1\times 1=1$  でゴールです。

☆テレビの時報で引き算・足し算☆

テレビの隅に表示される時刻を使います。

例えば、8:15 (8時15分) これを815と考え、10ずつ足してみたり  
10ずつ引いてみたり、1000になるにはいくつ足せばいいかなど。ちょっとした  
工夫で脳トレはできますよ!



何も用意しなくても良いのも最大の利点ですが、紙に書いて計算することで間違いに  
気付いたりさらに脳トレを行うことにもなります。その他、車のナンバー・電話番号  
郵便番号等。私たちの周りには数字があふれています。足したり引いたりしてみても  
いかがでしょうか。

看護師 小堀

～ちょっと一言～

私の趣味は神社仏閣巡りです。今年の夏は風鈴がたくさん飾られた  
神社へ行ってみようかと思っています。  
これからもご利用者が笑顔多く過ごせるよう、がんばってまいり  
ます。



介助員 依田

