

10月に入り、少しずつ秋の気配も感じられる頃となりました。今年の夏も猛暑でしたが、やっと過ごしやすい気温になりましたね。

さて、第4回目となる今回も、ケアプランセンターなごみをご利用いただいている利用者様をご紹介していきたい思います。



**利用者様** K様 **年齢** 86歳 **現在の介護度** 要支援2

#### 利用中のサービス

歩行器貸与、デイサービス（週二回利用）

#### 困っている事

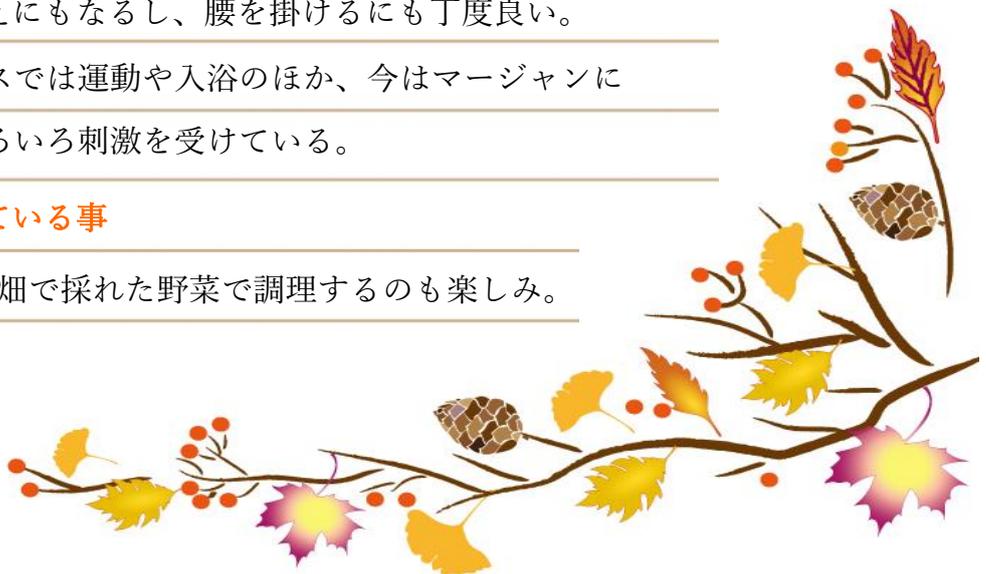
両変形性膝関節症で膝の痛みがある。室内は歩行器を使ったり、伝い歩き。長い距離は歩けない。

#### デイサービス利用や歩行器を使ってみての感想

歩行器は支えにもなるし、腰を掛けるにも丁度良い。デイサービスでは運動や入浴のほか、今はマージャンに挑戦中。いろいろ刺激を受けている。

#### 楽しみにしている事

畑が楽しみ。畑で採れた野菜で調理するのも楽しみ。

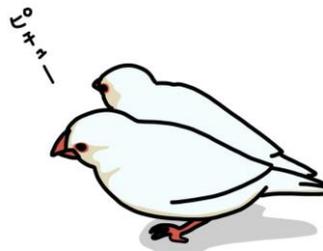




Kさんは手先が器用で、編み物やクラフト製作など、とても上手で、何よりも何事も前向きで意欲的な方です。  
今回はKさんの家族の一員、文鳥のムックンを紹介します。



おかえり～



ピーピー

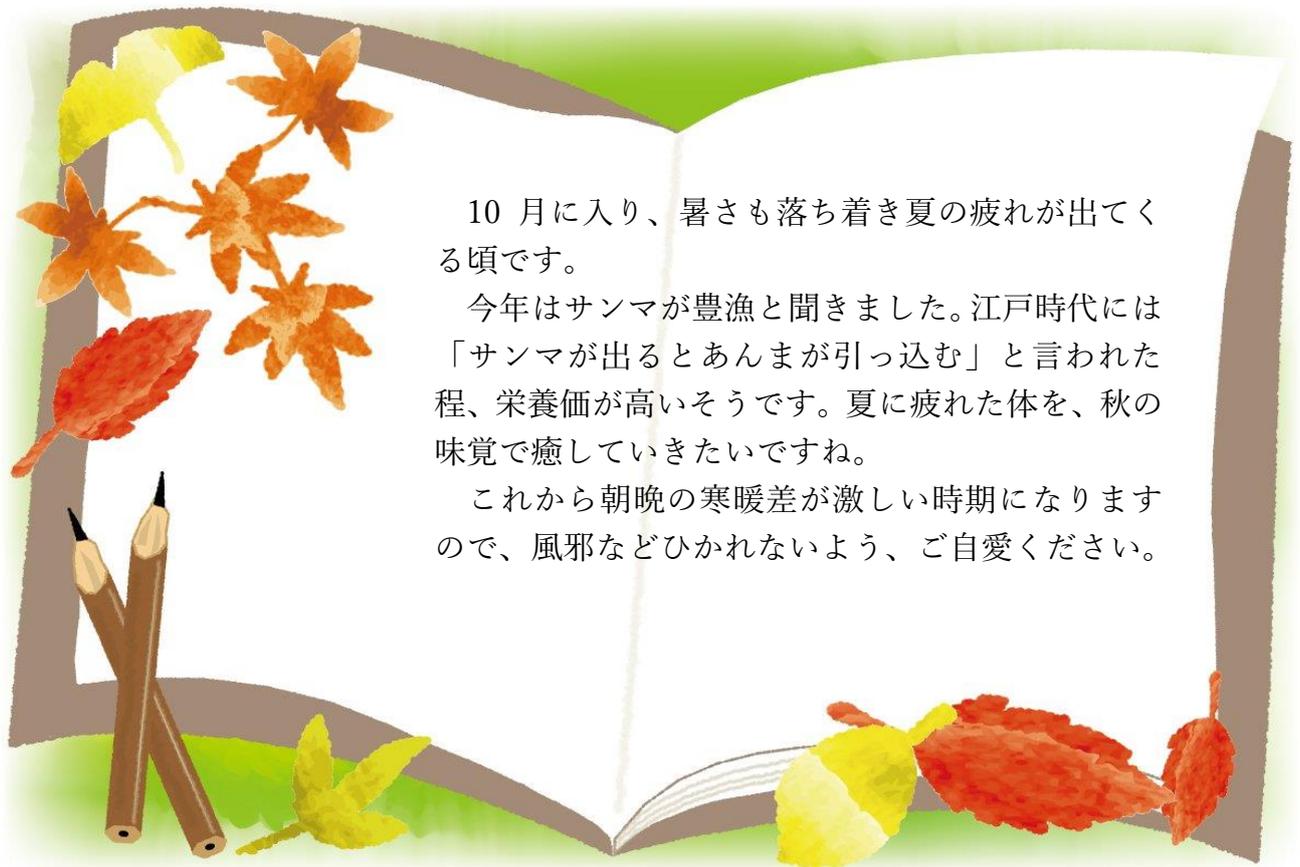


んぷ？



外出先から帰ってくると、「ピーピー」と迎えてくれます。慣れてきたので、抱っこできるようになって来たそうです。寒さに弱いので、冬は暖かくして一緒に過ごしているそうです。





10月に入り、暑さも落ち着き夏の疲れが出てくる頃です。

今年はサンマが豊漁と聞きました。江戸時代には「サンマが出るとあんまが引っ込む」と言われた程、栄養価が高いそうです。夏に疲れた体を、秋の味覚で癒していきたいですね。

これから朝晩の寒暖差が激しい時期になりますので、風邪などひかれないよう、ご自愛ください。