

セントラル堀田新聞

第17号
2ヶ月1回発行
令和4年5月10日

フォトフレーム作り

風薫る新緑の季節となりました。2・3Fでは皆様の健康を願い、兜のフォトフレーム作りを行いました。



手際よく兜を折りあげる利用者様に教えてもらう職員続出。幼い頃の思い出話に、ほっこり和やかなムードです。



お好きな4色を選び、画用紙に貼り付けていきます。どの位置にするかレイ

アウトにもこだわります。

写真撮影

出来上がったフォトフレームを手に、ハイチーズ。男性陣は頭に兜を被り、今にもチャンバラごっこを始めそうなやんちゃな表情。



少年のようなキラキラとした笑顔。とても素敵です。女性陣は花の冠で、笑顔の花を咲かせます。



実はこの花の冠も利用者様の作品なんです。細かい作業にも根気よく取り組んで下さいました。ありがとうございます。



出来上がったフォトフレームが、こちらです。



フォトフレームをアレンジして、壁飾りも作りました。



フロアの雰囲気も華やきました。五月は八十八夜、菖蒲湯、母の日とイベントが盛り沢山です。セントラル堀田での生活を楽しんでいただけるよう、職員一同努力して参ります。

ズンドコ節で、レッツダンス!

春を迎え、気候も穏やかに暖かくなってきました。軽装で弾む心そのままに踊ろう、という事で昭和の歌い継がれる歌謡曲「ズンドコ節」をオリジナル振り付けで楽しく踊りました。



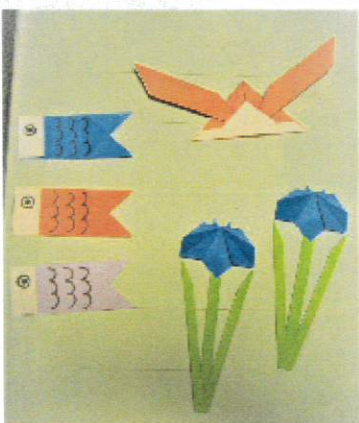
スタッフのぎこちない動きをなぞって、皆さん踊ってくれてありがとう!



「ズンドコ」 「ズンドコ」とロズさみながら、氷川きよしさんの歌声とリズムに合わせ、皆さん笑顔で楽しんでおられました。

端午の節句のコースター作り

五月の端午の節句に向けて、季節のコースターをスタッフと利用者様で協力して作ってみました。



鯉のぼり、アヤメの花、

兜は、折り紙を折って形にしています。



途中まで「兜」として折っていた物に少し工夫を加え、八つ組んでコースターにします。



緑のカラー台紙に、コースターを額縁に見立て、折り紙それぞれを組み合わせるように貼り付けていきます。



いかがでしょうか。なかなか上手く出来ました。季節を感じるコースター。完成品を手にして、パチリ!



デイケア便り

イチゴの吊るし飾り



ハサミを使って、イチゴの型紙を切り取りました。皆さま慎重に、丁寧に、切り取れました！



切り取ったイチゴや葉っぱは、ツルにのりやセロテープで貼り付け、完成させていきます。



テーブル卓球

久しぶりにテーブル卓球をしました。

皆さまが、テーブルの周りに着席し、転がってくるピンポンを転がし返すゲームです♪

つつい、エキサイトしてしまいうゲームです！



スタッフ紹介

皆様が快適に過ごせるようお手伝いさせていただきます。どうぞ宜しくお願い致します。

【デイケア 介護】



野崎 恵美

【2・3階 介護】



森 勉

【2・3階 介護】



竹ノ内 佳奈

【4・5・6階 介護】



柴田 勝

介護福祉士合格者

デイケアの佐藤仁美が合格しました。今後も皆様により良い介護が提供できるよう努めて参りたいと思います。宜しくお願い致します。

※掲載されている写真はご本人様、ご家族様の承諾を頂き、掲載しております。

事務所だより

こんにちは。事務員の牛田です。だいぶ暖かい日々が続いておりますが、いかにお過ごしでしょうか？

最近、日頃からとても好きで飲んでいるコーヒーについて勉強しています。どの様に作られるのか、どれくらいの種類があるのか、とても幅広く奥深いことに気付かされました。豆を挽いてコーヒー入れるこの行程の中にもお湯の温度、豆の挽き方などによって違いを感じる事が出来、自分好みの味を追及することがとても楽しみとなっております。因みに私の好きなコーヒー豆の原産国は、コロンビアとエチオピアです。興味がある方は、一度試しに飲んで見て下さい。



リハ通信

【股関節のストレッチ】

椅子に座りながらできるストレッチを紹介します。

①背中を伸ばし、胸を張ります。両手で膝を抱え、10〜20秒間保持します。



②片足を前に伸ばし、両手で大腿部(膝の上あたり)を押さえ、体を前に倒し、10〜20秒間保持します。



③片方の足首を反対の大腿部にのせます。両手で膝と足首を押さえ、体を前に倒し、10〜20秒間保持します。



※呼吸は止めず、ゆっくりと痛みのない範囲で行って下さい。

栄養便り

今年の八十八夜は五月二日。立春から数えて八十八日目にあたるので八十八夜と呼ばれます。

五月二日の昼食ではお茶で炊いた茶飯、おやつは新茶をいれて、ようかん、いちごと共に提供をしました。

いち早く芽吹いた茶葉を収穫して作った新茶は、栄養価、うまみ成分が多く含まれています。八十八夜に新茶を飲むと長生きできる、病気になるらない、と言われています。曆の上ではこの日から夏になります。茶飯は少し色がつき、香りを楽しむことができました。



編集後記

すっかり春になって過ごしやすい季節になりました。今年も桜の時期にお花見をしそこないました。

自宅で過ごす時間が長引いているためか、最近園芸に興味が出てきました。いや、園芸というほどのことはしていませんが、セントラル堀田の花壇にお花を植えてみました。雑草が気になってたまに抜くのですが、すぐ生えてくるので適当にやっています。

先月の施設内の勉強会で園芸活動を紹介していただきました。五感を刺激し季節感を呼び覚まし、意欲を引き出し生きがいが生まれ、精神的な安定が生まれるそうです(いい事ばかりですね)。手入れした植物が、花を咲かせたり実をつけると嬉しいです。花咲か爺さん婆さんたちで綺麗な花を咲かせましょう。

施設長 西本潤子

