



# あやせ日和

足立区しょうぶ沼公園のハナショウブ

## 生き生き健康大学が 開校しました



昨年好評でした生き生き健康大学の第1回目を、5月26日（土）に開校しました。

『転倒予防のからだづくり』をテーマに、機能訓練士によるお話しを聞き、体操を一緒にやりました。最後に音楽に合わせて体操をし良い汗をかくことができました。



習った体操の一部分を紹介いたします。

- ～開眼片足立ち～  
1分間バランスがとれれば、転倒の恐れがないと言われて  
います。
- ～かかと上げ～  
バランス力が取れます。ゆっ  
くり10回行います。

## ～お買い物会～ お洋服のお店が やってきました



5月26日（土）お買い物会があり、春夏のカラフルな洋服が用意されました。ご家族と共に多くの方が購入されました。自分で選んでお買い物できるのは、楽しいですね。



### Index



- 表紙：生き生き健康大学  
お買い物会
- 特養：母の日行事
- 保育：バス遠足
- 職員紹介、クリーン活動、  
今日のごちそう
- 医療提供変更のお知らせ
- デイサービス日記
- 予定一覧



2階

おいしい  
おやつ作り



おやつクラブで蒸しパンをつくりました。みなさんと具材を混ぜてホットプレートで蒸しました。おいしくできて満足です。

3階



ご家族様からのプレゼントを受け取られ嬉しそうな表情です



母の日のプレゼントで手作りのカーネーションと一緒に笑顔で記念撮影!!

# 5月の行事 ～母の日に感謝～

4階

素敵な笑顔写真立てにして、お部屋に飾らせて頂きました。



日頃の感謝を込めてカーネーションの飾りをプレゼントしました。皆さんお花がとっても似合いますね。



5階



# バス遠足



6月1日に4、5歳児が葛西臨海公園へバス遠足に行きました。  
水族館では、普段図鑑でしか見られない魚を間近で見て、目を輝かせていました。水族園を回っている間も「お腹すいた」「早くお弁当食べたい！」と言っていた子どもたち。  
そして、待ちに待ったお弁当！保護者の方がいつもより早起きをして、作ってくれたお弁当をお友だち同士で見せ合いながら、残さずきれいに食べました。  
最後は、パークトレインに乗り公園を一周しました。待ってる間に「早く乗りたい！」「まだ来ないのかな？」などの声があり、待ちきれない様子でした。乗っている間は、お友だちとの会話が弾んでいました。  
保育園に帰ると「大きいタコがいた！」「楽しかった！」「また行きたい！」など話してくれました。楽しい思い出になったようです。  
ぞう組は、早速水族館の様子を絵に描きました。





新人職員のお2人齊藤さん、遠山さんが新しく加わりました。日々、御利用者と向き合い笑顔で頑張っています。

### 医療提供変更のお知らせ

今まで特養には、きらく内科 都野医師に往診に来ていただいていたのですが、6月1日からほつかクリニックにお世話になり青山医師に担当していただくことになりました。今後も皆様の健康管理に努めていきます。

## テイサービス日記

### ↓菖蒲沼公園散策↓

6月7日、8日に近くの菖蒲沼公園に出かけました。

梅雨とは思えないほど天気が良く、暑い中の散策でしたが、色とりどりの菖蒲の花を楽しみました。



## 5月の活動 ～施設周辺クリーン活動～



施設周辺は多くの方々が通行されます。暑くなり草が生い茂ってきたので、5月に職員総勢で、施設周辺の草取りを行いました。暑い夏をすっきりと迎えることができます。



### 今月のごちそう



5月24日のお昼ご飯は、『お弁当の日』で、山菜ごはんと共にいただきました。いつもと違う雰囲気を楽しめました。今後も食事を紹介していきます。

### 【特養】6月の予定

#### <6月行事>

12日 ひまわり介護会さま  
来所

18日 生け花クラブ  
保育交流



22日 水害訓練

27日 葛飾ろう学校と交流

28日 華寿会さま 来所  
(音楽ボランティア)

他 各階でフロア行事

◎おやつクラブ;毎週火曜

◎売店;第1・3金曜

予定は変更になる場合があります。ご了承ください。

#### <8月のお知らせ>

8月11日(土)夏祭りを開催いたします。ボランティアをいただける方 募集中です!