于蒙の郷 かわら版

介護老人保健施設 千寿の郷 足立区柳原2-33-6 TEL 03-3870-4621

FAX 03-3870-5228 2014年2月8日164号

ホームページ ⇒ http://senjyunosato.kenwa.or.jp/ ☆千寿の郷プログ☆絶賛更新中。

ホームページよりアクセスしてください!

Twitter⇒https://mobile.twitter.com/senjyunosato

むか~しむかしあるところに

一方そんなこととはつゆしらず、千寿の郷の利用者様たちは

節分を楽しもうと準備していました。

そこへ突然鬼たちが襲い掛かりました。

驚いた利用者様たちは、準備していた豆で応戦します

鬼は~外!鬼は~外!

息を合わせて一斉に~

鬼は~外!

たまらず2匹の鬼は退散していきました。











レクリエーションに熱中されている利用者様の背後から忍び寄る赤と青の二

突然の鬼の登場に驚く方、微笑んで眺めている方と反応は様々。

豆を投げる姿も「鬼さんが可哀相」と手加減する方もいれば、

まさに鬼の形相で

一心不乱に豆を投げつける方も!



-人一人の利用者様の個性が光る豆まきでしたが、

最後は鬼の正体(職員)を見て皆様ニッコリ。今年も邪気は払われ、

千寿の郷は福と笑顔に包まれたのでした。

先月の作品



フラワーアレンジメント









使用した花

111111

北町会と東町会で開催している体操教室のメニューを新しく追加しました。 「音楽に合わせてリーダーの指示に従って前後左右に足踏みをする」

というものです。こう書くと簡単なように聞こえますが・・・

リーダーの指示というのが曲者で、単純に前後左右の指示ならいいですが、矢継ぎ早に指示が 連続で出され、「前」と指示されたら「後ろ」へステップ、「左」と指示されたら「右」へステップと指示とは逆側にステップとなると結構間違ってステップする人が出てきます。

このメニューの目的ですが「2つ以上のことを同時に行う能力」のアップです。

高齢になるとこの能力が徐々に落ちてくるのです。身体能力に比較的衰えが見られていない方が転倒する場合、「夕食は何にしようかな?など考え事をしながら」「床の下にある電気のコードに足をひっかけないように」「バランスを崩さずに歩く」などの複数の出来事に注意が行き渡らずに足をひっかけてしまい、バランスを崩してしまっている可能性があります。

極端な例を挙げれば、針の穴に糸を通しながら歩こうとした時は若い人でも歩くスピードが落ちてしまいますが、これも「針の穴に糸を通す」ことに注意を取られて「歩く」ことが疎かになっている状態と似たような関係と思われます。

ちなみに新メニューはおおいに間違い、笑い、楽しむ事が継続のコツだそうです。北町会の方たちも東町会の方たちも自然と継続のコツをつかんでいるので、指示を出す側としてもやりがいがあるメニューです(最近は間違うことが少なくなってきましたが…)



なつかしき 香りたどれば 沈丁花初雪や 桜並木に はなふぶき

通所利用者

益田充様

通所利用者 久保田珠恵様みぞれも雪も 何のその 梅の蕾もふくらんで

節分の 豆も年の数は 食べられないよ

ふくらんだ 花芽も凍る 春の雪

雪ふって

居所示す

福寿草

通所利用者

野中欣

一様

立春も 名ばかりの 寒さかな

<2月の行事予定>

1日(土) 秀則会

6・20日(木) ちぎり絵

11日(火) ぞう列車合唱団

14日(金)・22日(土) 習字

18日(木) ちぎり絵

19日(水) あめんぽサークル

21日(金) 仲良し会

28日(金) フラワーアレジメント