

桜の便りが次々に聞かれ、すっかり春らしい暖かい季節となりました。いつの間にかあさがおも10年目に突入しました。

今回から、リハビリのマシンの紹介をさせていただきます。実際にリハビリで行っている利用者様も多くいらっしゃると思います。どこにどんな効果があるのかを知ったうえで行くと、またリハビリに力はいりますね。29年度もどうぞよろしくお願い致します。

カラオケ大会

3月23～25日に「あさがお」カラオケ大会を実施しました。熱唱に次ぐ熱唱!! 笑い有り、涙有り(?)とても楽しい時間を過ごしました。



誕生日会

今月は11名の方が誕生日を迎えられました。

おめでとうございます!!

来年も元気にお誕生日をお迎えてください。



手工芸

「あさがお」入所者様100歳記念のお祝い食です。



今月の手工芸は布を使ってコースターを作りました。会心の出来栄えにニッコリ(^o^)



マシン紹介

身体機能向上のためのマシンについて、今回から紹介と説明をさせていただきます。

レッグエクステンション



このマシンは太腿の前面を鍛える事が出来ます。運動機能としての効果も高く、特に立ち上がる、歩く、走ると言った動作に、とても大きな効果が期待できます。

4月のイベント

☆ 傾聴ボランティア

4月6日 20日

☆ 誕生日会

4月10日 14日

☆ 音楽の広場

4月19日





若葉の薫る頃となり、風も心地良く外に出るのが楽しくなってきましたね。5月と言えば菖蒲湯ですね。中国では古来から菖蒲を厄除けとして用いてきました。5月5日の端午節になると無病息災を祈って菖蒲やよもぎを軒に吊るしたり、菖蒲酒にして飲んだり、枕の下に敷いて寝る風習があったそうです。あさがおでも毎年行っていますので楽しみにして下さい。



手工芸



今月の手工芸は花の六角小皿を作りました。
好きな絵柄を選んで、上手に仕上げる事ができました。
とても綺麗ですね !(^^)!



体操



「あさがお」で毎日行われている、食事の前のリズム体操と口腔体操の一コマです。
みなさん一生懸命に取り組んでいらっしゃいます。



誕生日会



今月は11名の方が誕生日を迎えられました。
おめでとうございます!
来年も元気に誕生日をお迎え下さい。



マシーン紹介



身体機能向上のためのマシーン紹介、第二回目です。

引く動作を活用した上半身のトレーニングマシンです。ボートを漕ぐような動作のトレーニングで背筋を強化することにより、猫背(円背)や肩の動きを改善します。



ローイング



新職員紹介



4月より入職しました、音楽療法士の関根と申します。経験も浅く、まだ駆け出しの新人ですが、いつも皆様の優しさに支えられています。今後も明るく元気に頑張りますので、よろしくお願いいたします。



3月より入職をしました、送迎の橋本と申します。皆様のお顔、お名前、お宅を一日でも早く覚えられる様に頑張っていますので、よろしくお願いいたします。



5月のイベント



- ☆ 傾聴ボランティア 5月4日(木) 18日(木)
- ☆ 誕生日会 5月8日(月) 10日(水)
- ☆ いちご狩りツアー 5月9日(火) 10日(水) 12日(金)
17日(水) 19日(金) 20日(土) 23日(火)
- ☆ 音楽の広場 5月17日(水)



6月と言えば、何を思い出しますか？梅雨・父の日・衣替えなどがあります。今回は衣替えについて、平安時代着替えを手助けする人を『更衣（こうい）』と呼び、衣替えも同じく『更衣』と呼ばれていたため、分かりづらく『衣替え』と呼ぶ様になったそうです。江戸時代には、既に年4回の『衣替え』が行われていて、明治時代には、政府が『衣替え』の時期をきめたそうです。



いちご狩り



今年も毎年恒例のいちご狩りを行いました＼(^o^)/
真っ赤に実ったいちごを、みなさん上手に摘んで沢山食べました。笑顔あふれる楽しい一日でした。

☆ 集合写真は、裏面に掲載しています。

誕生日会



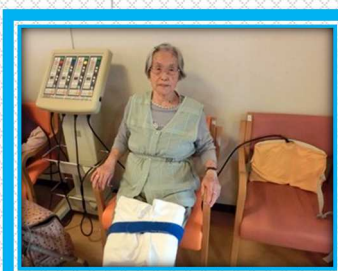
今月は16名の方が誕生日を迎えられました。

おめでとうございます！

来年も元気に誕生日をお迎え下さい。



マシーン紹介



ホットリズムミー

☆ **どんな効果があるの？**

モーターによる振動と温熱で深部まで十分に暖め、血流を改善し、新陳代謝を促進させます。
疼痛を緩和し、血行不良からくる痛みやしびれを和らげます。

☆ **どんな症状に使うの？**

腰痛・肩こり・関節痛・変形性膝関節症・骨折後遺症・神経性リウマチ等

手工芸



今月はみんなで協力をして、藤の花とあじさいの壁画を制作しました。是非、見学にいらして下さい！！



5月の端午の節句の日、おやつで提供された「こいのぼり」の和菓子です。可愛いですね

6月のイベント

- ☆ 音楽の広場 6月14日(水)
- ☆ 誕生日会 6月15日(木) 20日(火)
- ☆ 傾聴ボランティア 6月 1日(木) 15日(木)
- ☆ 買い物ツアー 6月29日(木)



7月4日 5日 6日 7日

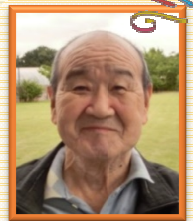
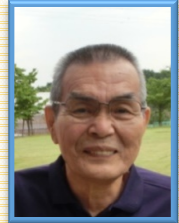




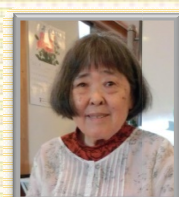
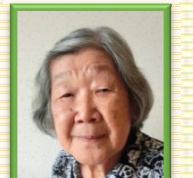
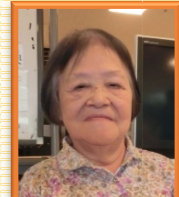
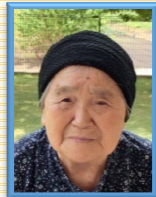
梅雨の季節を迎え、ぐずついたお天気が続いていますが、濡れたあじさいの風情ある姿が楽しめます。7月に入ると、七夕ですね。あさがおは七夕の頃に咲く花として、ひこ星・織姫が年に一度出会えた事の現れだとして、縁起の良い花とされています。また、別名を「牽牛花(けんぎゅうか)」と言い、種を服用して病が治った事から、自分の水牛を連れてお礼に行ったことでそう呼ばれるようになったそうです。



誕生日会



今月は12名の方が誕生日を迎えました。



手工芸



今月の手工芸は、この梅雨空に相応しく「カエルの張り子」を制作してみました。可愛いカエル達が沢山出来ましたよ (^o^)



マシン紹介



エルゴメーター

効率よく有酸素運動をして体力向上のトレーニングができるマシンです。大腰筋が鍛えられ下肢筋力向上・足の関節可動域に効果があり、近年では転倒防止に大きく貢献されていると考えられています。



7月の予定

| | | |
|------------|----------|--------|
| ☆ 買い物ツアー | 7月 4日(火) | 5日(水) |
| | 6日(木) | 7日(金) |
| ☆ 傾聴ボランティア | 7月 6日(木) | 20日(木) |
| ☆ 誕生日会 | 7月14日(金) | 18日(火) |
| ☆ 音楽の広場 | 7月19日(水) | |