

サークル活動の紹介

舎人あかしあ園では毎月2回サークル活動を行っています。利用者の皆様の希望をお聞きして3つのサークルに分かれて活動しています。

フラワーアレンジメントサークルでは、季節のイベントに合わせたアレンジメントを行っています。母の日には、カーネーションを使い、父の日には、ひまわりを使って素敵なブーケを作りました。七夕の飾りは職員が企画し、折紙で作った彦星と織姫をお花と一緒に飾りました。



トランポリンサークルでは、今年は参加される方を入れ替えて実施しています。活動でやっている方が多くリラックスしながら参加されています。サークル活動でしかできない、身体の取り組みを行う事で緊張の緩和ができ、いつもよりスムーズに体が動いて驚く場面もあります。先生と楽しくお話しをしながらいつも笑顔で楽しく参加されています。



音楽サークルでは、いつもやってる歌が流れると、利用者さんから自然と歌声や手の動きが見られています。季節ごとに歌を変えている事も利用者さんは、凄く楽しみにされていて「今日は〇〇かな？」「春だから〇〇がいいな」などお話しも出ています。耳からの刺激以外にも、スカーフを使う事やフィンガーシンバルの振動を感じるなど、五感を刺激される活動を行う事が出来ています。



編集後記

今回、7月と8月にイベントがあり、利用者の皆様も楽しく過ごされていました。これからも楽しく色鮮やかな生活が送れるよう努力していきます。これからも舎人あかしあ園をよろしくお祈りします

編集担当: 荒井・大津・長岡

※誌面の個人情報(写真・氏名)の掲載については、ご本人・ご家族の同意を得ています。

地域との繋がりを大切に

サービス管理責任者 草野 和規

8月2日に行いました地域交流会には、猛暑の中、本当に沢山の方にご来場いただき、ありがとうございました。楽しんでいただけましたでしょうか？こちらは、皆様の笑顔にいっぱい元気をいただきました！

さて、詳しい地域交流会の報告は別ページに譲るとして・・・前号の自己紹介コーナーにも書かせていただきましたが、私はトレイルランニングが趣味です。先日も群馬県の山と山間の集落を72km走る大会に出してきました。72kmですから、やっぱりキツイです。苦しいです。でも、すごく楽しいレースで、控えめに言って「最高！」でした。トレイルランニングは自然の中で素晴らしい景色を見ながら走ることも楽しみのひとつですが、地域の方との触れ合いに沢山元気をもらいます。エイド(給水所)で出される地域の方が心を込めて作ってくれた美味しい舞茸うどん。「おかわり食べて行って！」なんて声を掛けられたら、お腹一杯でも食べてしまいます(その後、若干苦しくなる)。道端でパイプイスに座りながらおばあちゃんたちが手を叩いて「お兄さん、頑張ってー」と黄色い(?)声援を送ってくれたら、思わず手を振ってしまいますし、スゴク元気が出ます。

舎人あかしあ園も地域の方に元気をもらうだけでなく、元気を与えられる存在になりたい！舎人あかしあ園では、手作りの舞茸うどんはありませんが、地域の施設や商店で作った美味しいパンやお菓子を毎週金曜日に販売しています。来てくれたお客様には元気になっていただけるよう利用者・職員一同、最高の笑顔で接客します。地域交流会でできた繋がりを今後も継続していきたいと思っています。どうぞ、金曜日の「ふおらん舎人店」にお越しください。

看護師便り

看護師: 新垣啓子

先日施設において、健康診断をいたしました。定期的に年1回健康診断を受ける事も大切ですが、受ける際の心がまえも大切です。

今回は健康診断の心がまえ(6か条)をお伝えいたします。

1. 毎年欠かさず健診を受ける
年に1回受け健康管理に役立て自分の今の状況を知り、自分にあった運動をしましょう。
2. 健診結果に必ず目をとおり、保存する
検査結果はすぐみても、すみずみまでチェックし経年の変化を把握することが重要です。
3. 結果は受け止め、改善目標を立てる
結果を受けとめ、食生活や運動習慣、休養、喫煙、生活習慣の改善目標を立て実行しましょう。
4. 気になることがあれば、健診機関に相談する
5. 再検査を恐れない、面倒がらない
「以前も再検査しなかったけど大丈夫だった」は危険です。自覚症状がなくても進行する病気はありますので、早めの診断を受けましょう。
6. 異常なし、を過信しない
体の状態は数ヶ月で変わることがあります。ときどき体の自己点検をしましょう。日々の生活習慣が、あなたの明日の健康をつくります。

七夕イベント開催

ささのはさらさら のきばにゆれる おほしさまきらきら きんぎんすなご♪ (童謡：たなばたさま 作詞：権藤はなよ)

おなじみの童謡「たなばたさま」を、素敵なハーモニカの音色で彩ってくれたのは「舎人ハーモニカクラブ」の7名の方々。7月3日(水)舎人あかしあ園で七夕イベントとしてハーモニカ鑑賞会が行なわれました。「舎人ハーモニカクラブ」は舎人センターで月に2回活動しているハーモニカサークルで、年に数回の地域イベント等でボランティア演奏会を開催しています。見たこともない長いハーモニカを扱ったり、2つのハーモニカを同時に扱うなど、高い技術ときれいな音色で会場を盛り上げてくれました。曲も「たなばたさま」を始め、みんなが1度は聞いたことがあるものばかり、「上を向いて歩こう」「手のひらを太陽に」「幸せなら手を叩こう」「ふるさと」など、計15曲を披露してくださいました。皆自然と口ずさんだり、手拍子をしたり、アンコールも沸き起こり、時間も忘れていつまでも聞いていたくなる様な感覚に会場は包まれました。舎人ハーモニカクラブの皆さん素敵な演奏をありがとうございました。

利用者みんなで作った天の川も当日のイベント会場の天井を彩り、1Fに設置された笹には今年もみんなの願い事を書いた短冊が飾られ、七夕の雰囲気を感じることが出来ました。願い事の中には「健康でいられますように」「〇〇に会えますように」「おいしい〇〇がたくさん食べられますように」など、皆さんの思いがたくさんこめられていました。みなさんお願い事がかなうといいですね。



舎人ハーモニカクラブの皆さんと記念写真



1階正面玄関前

地域交流会開催

8月2日に地域交流会「舎人庵」を行いました。ご来場頂きました皆様、並びに、ご協力くださった関係機関の皆様、誠にありがとうございました。

今回は「祭り」をテーマに様々な会社・施設に出店いただきました。

一階では、駄菓子・ドライフルーツ・ポップコーン・つまみ取り・アイスの販売・ふおらのパン販売・自主生産販売などを行いました。

利用者さんや夏休みの小学生や家族でいらっしゃったお子さんが、くじやスーパーボールすくいなどを、わくわくしている表情で行っているのが、印象的でした。

また、キャラメルポップコーンの匂いも正面玄関からして、利用者さんも「いい匂いがするね」とお話しされていました。

今年もでん六豆さんからお菓子の寄付を頂き、Cグループが綺麗な箱を作り、掴み取りという形で使わせていただきました。チラシを持ちながら来てくださる地域の方や利用者の方が挑戦したり賑やかでした。



今年は更に雪印メグミルクさんがご厚意でシャーベットを無料配布してくださり、冷たいシャーベットを皆さん美味しく食べていらっしゃいました。

利用者の皆さんはAグループがふおらのでパン販売を、Bグループが自主生産品の販売と西伊興ひまわり園のドライフルーツの販売をしています。

利用者さんが「いらっしゃいませ」と声を掛けたり、商品の説明をしてくれたおかげか、大勢のお客さんで賑わい、売り切れてしまう商品もありました。



2階では午前と午後に分けて舎人図書館のお話会とパステルシャインアートを行いました。お話会は始まる前から待っている方もいらっしゃり、沢山のお子様も紙芝居やお話を聞いていました。

午後のパステルシャインアートでは、三部構成にしましたが、整理券が無くなってしまったほど、大盛況でした。大人も子供も皆で楽しみ、完成した作品に満足そうにされていました。



当日は、高齢者施設からケアホーム足立さん・古千谷苑さん 障がい者施設からひらく会さん・えーるさんの利用者さんも参加してくださり、地域のお子様からご高齢の方まで交流をする事が出来ました。舎人あかしあ園の利用者さんも店番などを通じて、地域の方と関わりを持つことができとても充実された表情をされていました。