



朝夕には時折さわやかな風が吹き抜けるようになりました。心も体もす〜っと汗がひいていくようなこちよい気分です。

さくらが開設して1ヶ月が過ぎました。

皆さん仲良く、歌を歌ったり、体操、おやつを作って、毎日楽しく過ごしています。

わかばに新しい利用者さんが入居しましたので御紹介いたします。



H・M 様

大正7年3月10日 (92歳)

得意な事・・・歌を歌うこと

好きな食べ物・・・アイスクリーム



K・F 様

大正10年11月6日 (89歳)

得意な事・・・お話すること

好きな食べ物・・・だんご



この日は、わかばとさくらのみなさんで、“ケアビクス”をしました。

ケアビクスは、高齢者や脳卒中の後遺症などで体を自由に動かせない人でも、無理なく筋肉トレーニングができる介護予防体操です。椅子に座ったまま、軽快な音楽やなじみの曲にあわせて動かすこの運動は、体に負担が少ないため、楽しめ、心のケアにもつながっています。



今月は竹井さんから一言もらいました！

さくらに移動になり、1ヶ月になりました。

皆さんもだいぶ落ちつかれ、わかばの皆さんと共に楽しく過ごしております。これからも皆さんの笑顔が見られるように、がんばって行きます。