

そば打ちの様子



今年も青山学舎の皆様によるそば打ちを披露してもらいました

昨年、初めてそば打ちを披露して頂き、皆様に大変好評でしたので、今年も是非お願いしたいと思っておりました。お忙しい中快くお受け下さり青山学舎の皆様にご感謝いたします。本格的なそば打ちを目の前で見れる機会はなかなかないですし、趣味の域を超えた腕前を披露して下さいました。打ちたて蕎麦を「おいしい」と皆様大変ご満足のようでした。また、昨年にはなかった「そば打ちを体験したい」「やることは出来ないの」などの声が聴かれました。青山学舎の方とも次回は体験型でもなんってお話をしていただく、是非、次回には皆様に体験して頂く機会を設けられればと思っております。

つつじ荘新聞

発行年月日
2017年7月1日

発行人
老人福祉センター
つつじ荘

所長より
ひとこと

「いつも楽しいつつじ荘」を皆様に感じて頂けるように職員一同頑張りますので、皆様もご理解とご協力をお願い致します。

7月の予定



- 9日 津軽三味線演奏会
- 12日 避難訓練
- 18日 グランドゴルフ大会



父の日でした。6月18日(日)は父の日でした。父の感謝の気持ち、日頃の感謝の気持ちを込めて、ささやかですがプレゼントを用意しました。お風呂の利用者が多いのでお風呂で使える物にしました。家で誰もお祝いしてくれないよー「ありがたいねー」などのお声がありがとうございます。ご家族にありがとうございます。



ましたか？なかなか言いたくない。元気でいてくれることに感謝します。つつじ荘のお風呂で日頃の疲れをゆつくりとお取りください。

父の日のお祝い♪

7月のお知らせ

7月15日・16日・17日湖北祭り

湖北祭り開催の為、湖北駅北口発着の便はお祭り開催中の15日、16日(終日)17日(午前中)は湖北駅南口発着となります。お間違えのないように!!!



介護・認知症予防体操講習会

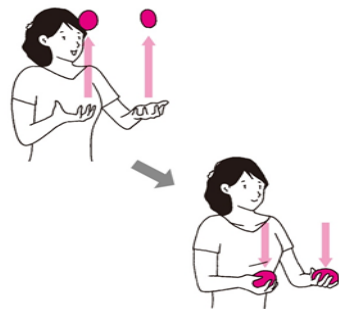
今回も元気にシナプソロジー！

シナプソロジーは、脳に交換からの刺激を与え続け、それに反対する事で脳を活性化するプログラムです。(五感・・・視覚・聴覚・嗅覚・触覚・味覚)

今回のプログラムは《お手玉チェンジ》

基本動作

- 1 片手に1つずつお手玉を持ち、2つ同時に上に投げ、キャッチする。



！ イスに座って行なうこともできます。

スパイスアップ1

- 1 両腕を交差して、お手玉を上投げる。キャッチする。



！ 腕を交差してキャッチするタイミングは、自分のペースで。

スパイスアップ2

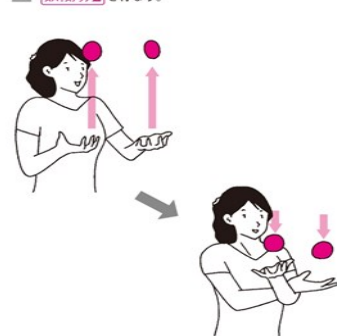
- 1 両腕を交差させずにお手玉を上投げる。キャッチするときに両腕を交差する。
2 両腕を交差したまま、お手玉を上投げる。キャッチするときに両腕を戻す。



！ スパイスアップ2では、キャッチするたびに両腕を交差させたり、戻したりします。

スパイスアップ3

- 1 両腕を交差する際になる腕を逆にして「スパイスアップ2」を行なう。



！ 腕を交差する際、「利き腕」が上になる傾向があります。スパイスアップ3では、上になる腕を逆に行ないません。

次回の宿題《アシュラ》

基本動作

- 1 「1」と声を出し、両手で頭をタッチする。
2 「2」と声を出し、両手で両肩をタッチする。
3 「3」と声を出し、両手を腰に当てる。
4 「4」と声を出し、両手で両ひざをタッチする。



スパイスアップ1

- 1 右手で頭をタッチし、左手で左肩をタッチする。
2 「1」から「4」まで数えながら、右手は基本動作、左手は1つずらして行なう。
※2～3回くり返す。



！ スパイスアップ1では、左右の動きを1つずらして行ないます。

スパイスアップ2

- 1 左右の手を入れ替えて、「スパイスアップ1」を行なう。



！ スパイスアップ2では、左右逆に行ないません。

スパイスアップ3

- 1 右手で頭をタッチし、左手を腰に当てる。



- 2 「1」から「4」まで数えながら、右手は基本動作、左手は2つずらして行なう。



！ スパイスアップ3では、左右の動きを2つずらして行ないません。

サンキヤッチャー講習会



6月29日(木)にサンキヤッチャー講習会開催致しました。
デザインや色、形を考えるだけで汗だくになりながら夢中にやりました！
男性利用者の方から参加したいと嬉しい声もありました。やってみないと興味を持ってくれたことが嬉しいですね！男性・女性問わずご興味のある方は是非、ご参加ください♪