

すずらん



便り

社会福祉法人 北友会

〒310-0903

特別養護老人ホーム 渡里すずらん苑
ショートステイ・デイサービス
ケアプランセンター

水戸市堀町字北ノ前95番地
TEL 029-257-9555
FAX 029-257-9666

<https://www.watarisuzuranen.jp/> 編集者 石井 利明



日本を元気にした歌をテーマに…「懐メロ倶楽部」

渡里すずらん苑 デイサービスセンター

毎日を、笑顔で楽しく生き生きと！

皆で集い、皆で語らう。渡里すずらん苑デイサービスでは、高齢者の皆様やご家族様が、活気とやすらぎのある毎日が送れますようお手伝いさせていただきます。

音楽レクリエーション

音楽は高齢者の皆様の元気に欠かせません。例えば「音楽療法」では楽器や軽運動を取り入

れ心身の活性化を図っております。また

「唱歌クラブ」では四季折々の歌を特集し、作詞者が謳いあげた季節感や自然観を楽しみます。また回想法を取り入れた「懐メロ倶楽部」や、心が安らぐ「カラオケ倶楽部」等バラエティー豊かに開催いたしております。



体にリズムを…「音楽療法」

季節の制作レクや趣味講座

春夏秋冬を楽しむ趣味のレクリエーションとしてご利用者の皆さんが協力して作る「季節の制作レク」や「書道教室」「絵手紙クラブ」なども行っております。

精神を集中して制作した後の達成感は格別です。



季節ごとにみんなで大作を共同制作



絵手紙クラブ



書道教室

すずらん菜園での野菜作り

すずらん菜園での「野菜作り」や、そこで実った野菜を使つての「おやつ作り」も人気です。皆さんで育てそして収穫した食材によるおやつはおいしさも一味違います。



種まき前にうね作り



そら豆が見事に成長

運動レクや外出ドライブ

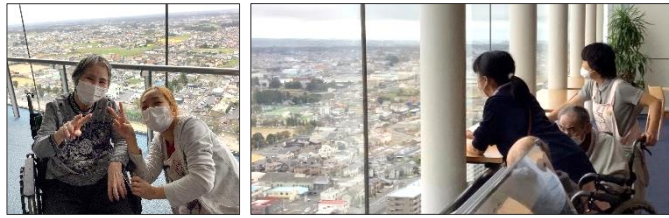
平行棒を使った歩行訓練やエアロライフ・青竹踏みを使用し「下肢筋力低下予防」にも力を入れてます。また気分転換や季節の変化を感じていただくためには「外出行事」も有効です。まだまだコロナ禍が収束したわけではありませ



らるので、三密を避けられる海や山など野外ドライブから行い始めました。これからもご利用者の皆様の元氣と生きがい作りに努めてまいります。

気分爽快! 秋の県庁ドライブ

秋は行楽の秋。クローバー館では県庁見学に行つてきました。二十五階の展望ロビーから見下ろす家並みやビルは、まるでマツチ箱! 地上では味わえない壮観さでした。
(十月十二日)



展望ロビーは初めてという人も多く皆さん喜んでいただきました。



いらなくなつた
新聞紙をお譲り下さい



皆様方のご家庭にいらなくなつた古新聞はごさいませんか? 施設にて、色々と重宝しますので、ぜひお譲り下さい。

十一月の予定

- ◎ すずらん芋煮会
- ◎ 音楽療法
- ◎ 理学療法
- ◎ 書道教室
- ◎ 唱歌クラブ
- ◎ 懐メロ倶楽部
- ◎ 絵手紙クラブ
- ◎ すずらん保育園交流会



大熊手
顔の揃ひて

かつぎけり

小沢 碧童

畑で育てた野菜でピザ作り!

作つて楽しい食べておいしい「手作りおやつ」は、レクリエーションの定番です。今回はピザ作り。赤・黄・緑…彩り鮮やかに焼き上げました。
(デイ 十月十一日)



野菜をたっぷりのせました。



色の仕上げはミニトマトで...



ドクター神保の プチ医療情報



これからの新型コロナウイルス感染対策

新型コロナウイルスは二〇二〇年一月に国内初の感染者が出て以来、感染拡大と収束を繰り返しています。今年六月下旬に始まった第五波は強い感染力を持つデルタ株が拡がり、国内過去最多となる一日二万五千人超の新規感染者数を記録しました。二〇二一年十一月三日現在、感染者は減少している状態ですが今後、第六波が発生する可能性は高く、感染予防対策が必要です。これまでの経験からマスクをはずした状態での会話が最も危険であること、換気の悪い部屋で起りやすい事がわかっていきます。またワクチンの感染予防効果は六ヶ月経過後すると低下し、感染拡大が起こると考えられております。そのため、二回目の接種から八ヶ月経つた人に三回目のワクチン接種券が順次発送予定となっております。今後もワクチンに加え、マスクと換気、手洗い等の感染対策を継続して行う必要があります。

神保 智

渡里すずらん苑 嘱託医

*ご提供 (菊花)

渡里菊会様

ありがとうございました

たきび

作詞 巽 聖歌
作曲 渡辺 茂



かきねの かきねの まがりかど
たきびだ たきびだ おちばたき
「あたろうか」「あたろうよ」
きたかぜ ぴいふう ふいている
さざんか さざんか さいたまち
たきびだ たきびだ おちばたき
「あたろうか」「あたろうよ」
しもやけ おててが もうかゆい
こがらし こがらし さむいみち
たきびだ たきびだ おちばたき
「あたろうか」「あたろうよ」
そうだん しながら あるいてく

