

水仙園だより

第272号

令和4年3月発行

《はじめに》

この冬はラニーニョ現象により例年より雪が多いと言われていましたが、思っていたほど大雪とはならず、日ごとに春の日差しを感じるようになってきました。水仙園の玄関ホールでは、かわいらしい雛人形が来園者の皆さんをにっこりと迎えています。春の陽ざしで気温も上がり、外に出てお日様の光を浴びることができる機会も増えてきます。今まで寒くて外に出られなかった分、精一杯外の空気を受けられるようにしたいと思います。利用者さんにとっては、待ちに待った“春”の到来です。



《今月の予定》

- ☆3月 2日 (水) 嗜好品マーケット
- ☆3月 3日 (木) ひなまつり会
- ☆3月 7日 (月) 地域交流
- ☆3月 9日 (水) レクリエーション大会
- ☆3月16日 (水) おやつ作り
- ☆3月29日 (火) 誕生会(3月生まれの方)

- ◎随時、レクリエーション外出を実施しています
- ◎選択昼食会は、毎週木曜日に実施しています
- ◎月曜日と水曜日にパルロによる体操を実施しています
- ◎随時、クラブ活動(カラオケ・生花ほか)を実施しています

*** ふるさとの日 ***

2月7日は、『ふるさとの日』ということで、味真野地区の歴史や自然についてのDVDを鑑賞してもらいました。

昼食やおやつには、皆さん馴染みの地元の伝承料理が並びふるさとの味を満喫しました。



ふるさとの日メニュー

- ・あじらげ飯
- ・こたわり
- ・ぜんまいの炒め煮
- ・三色なます
- ・たくあんの煮たの
- ・呉汁
- ・いもぼた(おやつ)
- ・水ようかん



見知った場所の映像が映ると昔話に花が咲き、「暖かくなったらまた行きたいね」と楽しみにされていました。

*** 手浴・足浴 ***

高齢になると筋力が低下し、血行不良になりやすく手足が冷たく冷えると言われる方が多く見られます。

冬期は特に冷えが強く見られる為、手浴や足浴を行い血行促進に努めています。手や足を温めることで全身の血行がよくなりリラックス効果や快眠につながります。利用者さんからも「気持ちいいわ〜」ととても喜んでいただいています。



温か〜い!



《2月ふれあいのひととき》

*** お寿司バイキング ***

2月9日、お寿司のバイキングを行いました。例年のように屋台を作りみんな集まってのバイキングは出来ませんでしたが、皆さんそれぞれ好きなネタをおかわりしてお腹いっぱい美味しいお寿司を食べられたと大好評でした。



*** おやつ作り ***

2月のおやつ作りは、焼きそばを作りました。皆さん慣れた手つきで手際よく具材を炒め、皆でおしゃべりしながら料理を楽しんでいました。



《お世話になりました》

2月7日(月) 地域交流 萱谷町の皆様
レクリエーション外出 ボランティアの皆様
~どうもありがとうございました~



《ふれあい通信》

2月は、水害(自然災害)の訓練を行いました。近年、台風や集中豪雨などにより全国的に水害が多く発生しています。今回の訓練では水仙園東側の川が危険水位を超えたとの想定で、1階の利用者さんを2階に避難誘導しました。利用者さんのほとんどが車イスのため、エレベータ2台を使用して行いました。職員ができるだけ短時間に2階へ避難できるように、手分けして利用者さんをそれぞれのエレベータに乗せていきました。いつ起こるかかわからないのが自然災害だけに、今後も訓練を重ねて被害が最小限になるようにしていきたいと思ひます。

