OMI CHIIROBAKAI おしどり ふれあいだより

第 119 号 (2020年10月号) 〒520-3244 湖南市サイドタウン3丁目 15-18 TEL (0748) 74-0005 /FAX 74-0403 E-mail oshidori@chiiroba.jp



【総合事業】ふれあいの家おしどりニュース (毎週火・金曜日 ふれあい楽舎にて活動中)

「人間なんぼ歳とっても、だらだらと生活してたらあかんと思います。 『ここに行くんや』という目標を持って毎日生活することが大事なんです。」

これはいつもお元気なAさんの言葉です。94歳を迎えてもなお元気であり続けるAさんパワ 一の源はこれでした!出かける目的があるから、その実現・継続を目標にする。そうすれば、 脳の活性化につながり心身もその目標に向かって"動いてくれる"のではないでしょうか。ま さに「動くからだ、躍るこころ!」ですね。



ハンドベルに挑戦! やり始めて数分後に は、指揮(差し棒)な しで琵琶湖周航の 歌が奏でられまし

音楽あぶれる、ふれあい楽舎)

愛唱歌をリクエスト してみなさんと。生 の伴奏を聴きなが ら歌うと、自然と美 しい声が出ます。



家族会を開催しました

ふれあいの家・デイケアの家合同の家族会を開 催しました。ふれあいの家からは2名の参加があ りました。お互い介護者同士という共通の立場で 様々な話をすることができた1時間でした。

「今度は普段ここで過ごしている様子を見に行く

時間があったらいい」 という良い意見もいただき ました。実行に移せるよう に計画したいと思います。 お忙しい中ありがとう ございました。



ふれあいの家の活動紹介 1 太極拳体操

ふれあいの家では、みなさんが今の生活をず っと続けて行けるように、「動くからだ、躍る こころ!」をキャッチフレーズに様々な活動を 日々おこなっています。それらを順番に紹介し て行きたいと思います。初回は、開所以来ずっ と続けている太極拳体操です。





息を吐くときはゆったり息を吸うときは体全体・

大極拳と並んで古くから 要があると言われます。八 果があると言われます。八 が、内臓や神経系の病気な が、内臓や神経系の病気な が、内臓や神経系の病気な 類の健康体操です。

地域のふれあい活動より

おしどりでは、地域の方が安心して集える場を目指し、 地域で元気に過ごせるように様々な催しをおこなって います。

新しいスタイルのミニコンサート。同

おしどりのシンボルとも言える木曜日のミニ コンサートは2004年2月から始まりました。 以来、多くの音楽ボランティアさんに支えられ、 毎週休むことなく16年間開催して来ました。残 念ながら現在コロナ禍の状況で、長期の活動お 休みが続いています。

ボランティアさんたちの綺麗な音色、澄んだ 歌声が懐かしくそして待ち遠しい日々ですが、 職員による"おしどりバンド"は今日も元気に 活動中です!毎週の出番と利用者さんの熱烈な 手拍子や歓声で、合奏の腕も上がったのかと思 わせていただいています!コロナ終息後のボラ ンティアさん再来を夢見ながら、これを機会に おしどりバンドのレベルアップを目指してミニ コンサートを継続して行きます。今後も心温ま る応援よろしくお願いします♪



No PICE

テーマソング「聖 者が街にやって くる」が流れると 始まりです。立ち 上がって手拍子 される方も!

元気に活動中です!

↓ CHAO サークル (健康教室)

11 月は、25 日水曜日です

10:30~11:30 ふれあい楽舎にて

健康ウォーク

毎週金曜日あさ7:30 ふれあい楽舎出発です どなたでもどうぞお気軽にお越しください。

介護のことや介護保険のことで 悩んでいませんか?

介護のプロ・おしどり職員がご相談に応じます。 日頃の疑問や悩みを一緒に考えてみませんか? どんなお話でも結構です!ふれあい楽舎に気軽 にお越しください。

> 毎週木曜日10時~11時 (*日時は変更になる場合もあります)

おしどり 4コマ劇場 その90. あたき洗う



○髪をゴシゴシと願います (一_一)!!

おしどりふれあいだよりは、法人のホームページにも掲載して います。また、ふれあいの家の日々の活動もブログに掲載して います。ぜひご覧ください。

近江ちいろば会

検索