おしどりミニだより

桜を堪能した後はつつじやハナミズキとおしどりの 周りはお花が絶えず咲き誇り皆さんの心を癒してくれ ています。今は新緑を愛でながらの散歩をされて楽し い会話に花が咲いています。

今月もよろしくお願い申し上げます。



社会福祉法人 近江ちいろば会 デイケアの家おしどり

心も体も元気に

2024年5月

春の花といえば…桜!

ということで、お花見ウォーキング&お花見ドライブ&お花見ランチをしました。

おしどりの前には桜並木があり、たくさんの桜が咲いていてとても綺麗で見応えがあります。普段なかなかウォーキングへ行くことに気が進まない方でもご自身から『私も行きます』『歩きに行くわ』と言ってくださる方が多くおられました。歩くことは健康や体力維持、気分転換にもなります。

ドライブは桜並木やチューリップがきれいな市街 にも行って来ました。

普段見ている景色とは違うので『遠くに来た気分』 とプチ旅行をしているかのような気持ちになっておられ、気持ちが晴れたような良い顔をしてくださっていました。

天気が良い日に K さんが庭に出てランチをしたい と提案してくださいました。早速準備をして外で食べ たい方の希望を募るとほとんどの方が屋外ランチを 希望されました。

『外で食べるのはいいな』『美味しいわ』と黙食の中ですが言っておられる声が聞こえてきたように思いました。昼食後も日向ぼっこをしてゆっくり過ごしてくださっていました。日に当たることは風邪などの病気の予防に効果があると聞いたことがあります。これからさらに暖かくなってくるので日向ぼっこをして風邪に負けない体作りをしていきたいです。

外に出ることで会話や仲間の輪が広がり、普段話さない方と話す機会にもなりました。季節を体や心で感じ心身の健康に良い影響を及ぼしているように感じます。今後も四季折々の行事を通して仲間とたくさん楽しい会話をして体も心もさらに元気になっていただけるように計画していきます!!

生活相談員



おしどりの庭できれいな花を 見ながらのランチ!風景!



生活リハビリ

玉ねぎ収穫

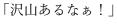








初物のタケノコ!



「沢山服きて、何枚めくれば出てくるんや~ ((笑)」



冬に植えた玉ねぎを収穫しま した。

皆さんと玉ねぎを乾燥させる ために、ひもでくくりひげを 切り出来上がったときは軽く 汗が出ていました。これから しばらく自分たちの育てた玉 ねぎが昼食に出てきます。絶 対美味しいはずです!



スイカの栽培復活!

小さな種を植えました。 夏には美味しいスイカを 食べることができるか な?

五月晴れのもと、焼き鳥大会をしました。









ゴールデンウィークは毎年焼き鳥大会をしています。新鮮な鶏肉を購入し、みんなで串にさして作ります。なかなかうまくいかない串さしも仲間とワイワイガヤガヤしながら一本一本しあげました。

たれをたっぷりつけるともう~いいにおいが 立ち込めて踊りたくなるほど楽しい気持ちに なりました。「お味はいかがですか?」

「とてもおいしいです!」とのことでした。

