

いいい便り

食べる？見る？どっちも行っちゃいました！



今年の秋は紅葉の期間がながく、色々なところに行って秋を楽しんでまいりました。いつも厨房が作ってくださるご飯もとても美味しいのですが、ドライブがてら和食のさとヘランチをしてきました。揚げたての天ぷら、お刺身、温かいうどんやそば。どれも美味しくてお腹も心も満腹のご様子でした。今月も笑いあり、身体もいっぱい動かした月となりました。

今月のイチオシ！

- *和食のさと
- *紅葉ドライブ
- *オススメ体操
- *自治会館へ
- *納豆レシピ

今月の早口言葉

キットカット
買っとかんと！

お家でもぜひ
やってみてください
♪

希望ヶ丘公園

車に乗ったまま色んな植物の紅葉が見れたり、可愛いオブジェもあって大人も楽しめましたっ♪



国宝 善水寺



善水寺の紅葉を観に行ってきました。本堂に入って皆さんでお釈迦様に手をあて、気持ちがスッキリしたが様子でした

陶芸の森へ信楽を観光して来ました♪大きなたぬきを見てびっくりしたり、山から見下ろす紅葉が綺麗でした



たぬきの聖

信楽



子供の頃にかえって

先日、近所の自治会館へご利用者様と一緒に出かけました。

会館には広いお部屋が二部屋あり、のびのびと活動することができました。

卓球で体を動かしたり、バランスボールに挑戦したり、人生ゲームや黒ひげ一発ゲームなど、さまざまな遊びを楽しみました。笑い声があちこちから聞こえ、驚いたり歓声が上がったりと、終始にぎやかな時間となりました。

体を動かしながら自然と笑顔があふれ、心も体もリフレッシュできた一日でした。今後も、皆さまに楽しんでいただける機会を大切にしていきたいと思います。

演奏してくださいる曲は、皆様がよくご存じの懐かしい曲ばかりで、音楽で体を動かされたり、昔を思い出して涙ぐまれる場面も見られました。それぞれの思い出がよみがえり、心が動かされるひとときとなったようです。

演奏中の皆様の表情はとても生き生きとしており、音楽の持つ力を改めて感じる時間となりました。

今後も、このような心温まる交流の機会を大切にしていきたいと思っています。

月に一度、ボランティアの方が来所され、ギターの生演奏を披露してくださっています。

生演奏ならではの迫力と温かみのある音色に、ご利用者様の歌声もいつも以上に力強く響いています。

月に一度の音楽祭



お家でオススメYouTube体操

スグリハさんの体操

簡単な体操を優しい声と穏やかな雰囲気ですぐに教えるので、利用者様も楽しんでやってくれます。

唱歌を歌いながら体操もするので、懐かしい曲で心も身体もリフレッシュ♪

はぎもとリハビリCH

スグリハCH「歌体操・健康体操」

@sugireha

チャンネル登録者数 4.42万人・1123本の動画

私はリハビリの専門職、国家資格の「作業療法士」です！
...さらに表示

twitter.com/sugireha、他3件のリンク

チャンネル登録

おやつに納豆

いこいで健康的かつ美味しいおやつ
の食材を探しています。

納豆はご飯の時に出来ませんが、お菓子で作ってみよう！と声があり、納豆饅頭や納豆ケーキを作り、ご利用者様職員も絶賛でした。

