



こ で ま り

特別養護老人ホーム 美郷



すっかり春らしくなったこの頃、皆様お元気にお過ごしでしょうか。美郷では利用者様の楽しみになるレクリエーションを行っています。先日は風船バレーを行いました。皆様身体を動かされて、勝つ気満々でとても盛り上がりました。今後も運動や季節を感じるイベント、音楽を楽しむレクリエーションなどを企画しています。急に寒さが戻る事もありますが、皆さま元気に春を過ごしましょう。

栄養部より



春の暖かさが感じられる頃となりましたね。皆さま、いかがお過ごしでしょうか。今回は春野菜で代表的な春キャベツをご紹介します。春キャベツはビタミンCが豊富で有名ですが、他にもキャベツならではの重要な成分として、ビタミンU（キャベジン）があり、胃潰瘍や十二指腸潰瘍の予防、さらには、傷ついた粘膜の修復や肝臓の機能回復にも効果があるとされています。また、キャベツには食物繊維も豊富で、便秘の改善や肥満予防などの効果も期待できます。

行事予定(4-5月)

※1階デイサービスのボランティアさんです。
入所者さんは順番にイベントに参加していただいております。
ご家族が付き添って頂く事で
毎回イベントに参加していただくことも可能です。
ご不明な点は職員へお声掛け下さい。

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
			16日 フラワー アレンジメント ※ハーモニカ演奏	17日	18日	19日
20日	21日 ※朗読会すすかけ	22日 フラワー アレンジメント	23日	24日	25日	26日
27日	28日	29日 昭和の日	30日	1日	2日	3日 憲法記念日
4日 みどりの日	5日 こどもの日	6日 振替休日	7日	8日	9日	10日
11日	12日	13日	14日	15日		

今週は 桜 の香り湯(テイ)

今週は カーネーション の香り湯(テイ)

各階のご様子

デイサービス

レクリエーションの1つで“坊主ゲーム”を紹介します！制限時間内で坊主の絵に洗濯バサミを何個付けられるかを競い合ってもらいます。皆さん真剣な表情で取り組まれます！何個つけられたかを周りの人と確認し合って盛り上がっておられました。



グループホーム

3月3日にひな祭りケーキ作りを行いました。生クリームを絞り出したり、フルーツを乗せたりと手にクリームを付けながら笑顔いっぱい仕上げ、おいしく頂きました。また、顔抜きパネルの写真撮影も行いましたが、男性入居者が2名しかいない為、お内裏様役を何度もして頂きました。季節を感じる良い一日になりました(*^^*)



新館

職員による大正琴の演奏会を行いました。春にちなんだ曲「さくらさくら」「春の小川」「月」などを演奏しました。普段あまり感情を大きく表さない方が、真剣に聴いておられたり、曲に合わせて歌ったりと皆さんそれぞれに楽しまれている様子でした♪



本館

3月にひなまつりレクと心温まる映画鑑賞レクを開催しました。ひな祭りでは、お内裏様とお雛様に扮して記念撮影を行い、映画鑑賞会は「釣りバカ日誌」を上映し、懐かしい映画の世界に浸っておられ、上映後には「よかった。面白かった。Good!」などの声がありました(^^)

