

みんなの家 ななくさだより NO43

2011年 1月31日

700-0056岡山市北区西崎本町1-7

TEL&FAX 086-253-8988



誕生会を開催しました



1月10日に誕生会を開催しました。1月生まれの利用者さんは4名おられます。Sさん85歳・Hさん93歳・Tさん80歳・Fさん75歳になりました。ななくさからささやかなプレゼントを渡しみんなで歌を唄いながらケーキでお祝いをしました。参加された三人とも大変喜ばれていました。ある利用者さんは「父より長生きできた。これからも元気で過ごしていきたい」と言っていました。その後はみんなでカラオケを楽しみました。まだまだ寒い日が続くので体調に気を付けて過ごしてもらいたいと思います。



学習会「ウン知育教室」



1月15日にヤクルトに来ていただき「ウン知育教室」として隣の働きの学習会を利用者の方々も参加して学習しました。昨年8月の大腸がん予防学習会以来2回目の学習会です。利用者の中にも便秘で困っている方がいるのでみんな熱心に勉強しておられました。便秘に効く「腸トシ体操」をビデオを見ながら実践しました。その後腸に効く特製ドリンクを作ってもらい試飲しました。これからも時々学習した体操をレクの時間に取り入れてやっていこうと思います。特製ドリンクは飲みやすく美味しかったです。大変いい勉強になったと感想が寄せられました。



初詣に出かけました



1月21日に少し遅くなりましたが大元にある宗忠神社の方へ初詣に出かけました。3年続けて訪れています。利用者の方々は少し散策されお祈りをしました。



「今年も健康で元気に過ごせますように」お祈りした後おみくじを引いて今年の運勢を占っていました。「大吉が出た」「私は中吉じゃあ」とおみくじの内容を熱心に読んでいました。今年も健康に気を付けて何事もなく元気で過ごしてもらいたいと思います。

