

おとなの学校新聞

Vol.44

介護老人保健施設
おとなの学校
岡山校

津山市日本原 352
0868-36-3390
編集担当
事務所
発行責任者
森 タ子

お花見 日和

気候も暖かくなりました。
みなさんは春を感じるの
どのような時でしょうか。

おとなの学校では、毎年4月にお花見を行っています。昨年までは、近くの塩出池まで行っていました。今年、日本原病院近くの池のほとりへ変更しました。
4月上旬はなかなか天候もすぐれない日が多かった中、天候のいい日に出かけました。



桜も満開!

ポカポカ暖か!

利用者様も春を感じられて、素敵な俳句を作っていました!

花と酒 おつまみ無しで 飲めるんだ

家にいて 花見ができる わが家かな

みんなで楽しく フラダンス!

そもそもフラダンスというのは、ハワイで生まれ、観光ショーや習い事など、日本でもとても人気のあるダンスです。
※フラはハワイ語で「踊り」という意味。

4月に初めてボランティアの方がフラダンスを教えるに来てくださいました。先生方が初めに何曲か踊り、途中から座っていても出来るフラダンスの手の動きなどを一緒に覚えて踊り、楽しく過ごされていました。



新入職員紹介



杉井 友子
すぎい ともこ



大久保 弘文
おおくぼ ひろふみ

4月1日から、おとなの学校岡山校でお世話になっていきます。杉井友子と申します。

右も左も分からない私に、先輩スタッフが優しく指導して下さいました。利用者の方々も、少しずつ顔や名前を覚えて下さり、いつも笑顔で挨拶や話をして下さい、私が元気を頂いています。

利用者の方々が、活々とした生活を送れ、ご自宅に帰れるよう支援できるよう精一杯頑張ります。

よろしくお願いします。

はじめまして!

4月1日より送迎員としてお世話になっていきます。

背の高いことと大きな声が私のチャームポイントです。気軽に声をかけてください。

慣れないため、ご迷惑をおかけすること多いと思いますが、一生懸命がんばります!

よろしくお願いします。



「フラダンスは難しいそう」と思われている方もいらっしゃると思いますが、手の動きやステップはゆっくりとしたものが多く、年齢や体型に関係なく気軽に楽しむことができるダンスです。

激しい動きはありませんが、全身の筋肉を使うので、かなりの運動量になります。(実際に私たちも先生と同じ動きをして感じました。)

しっかりと体を動かすことで健康を維持・継続出来ます。みなさんもしっかりと体を動かして健康を維持していきましょう!

5月の行事

《ボランティア》

7日(木) 昔語りバ

8日(金) 太極拳

11日(月) 紙芝居

18日(月) 音楽

19日(火) 美容講習

23日(土) アロマ

28日(木) 大正琴

《その他未定》

ハーモニカ
フラダンス