



菜の花
NANOHANA
特養版
平成31年 4月号
社会福祉法人聖啓会
特別養護老人ホーム菜の花

令和 5/1
平成 4/30

「菜の花」がある内瀬戸地区は山や田畑に囲まれ自然に恵まれた地域です。四季折々の草花や風景を楽しむことができ、季節毎に姿を変えた雄大な富士山も眺めることができます。入居されている皆様には、体調が良い時ぜひ周囲を散策するなど外の空気を吸って気分転換をしていただきたいと思います。

散歩中に地域の人と会ったら気軽に声を掛けてください。地元町内会として今後更に「菜の花」と交流・親睦を深め、協力関係に努力したいと考えています。

今年五月から元号が「平成」から「令和」と変わる新しい時代が始まります。「平成」は、情報技術が進み便利になった一方で、各地に大規模災害が発生し甚大な被害を受けました。「令和」は「人と人とのつながり」「平和」を大切にす世の中であるように願います。「菜の花」の皆様におかれましては、お体を大切にしてください。もお元気で過ごしてください。

ひごこ 内瀬戸町内会長 吉田春夫様



今後の予定
敬老会 九月 八日(日)
菜の花まつり 九月二十一日(土)

菜の花作品展を予定しています
四月二十七日(土) ~ 五月十日(金) お昼まで
今年も各倶楽部やユニット、テイサービスでも作品の準備を始めます。
楽しみながら作った利用者の力作や、職員の仕事も展示予定です。
ご家族の皆様も色々なジャンルの作品も展示させていただきます。出品をお待ちしています。
ぜひ皆様でお楽しみください。

面会制限を解除しました。
三月十一日より面会制限を解除しました。
小学生以下のお子様の面会も四月一日より制限解除しています。
皆様のご協力のおかげをもちまして、施設内の皆さまが今季のインフルエンザ流行期を無事に過せましたこと、お礼申し上げます。
連絡先の変更があった方にお願ひ
最近、ご家族様との連絡が取れないケースが増えています。
もしもの時の連絡が取れない場合など、なんとかして避けたいと考えています。
連絡先の変更や、新しい連絡先などがある場合はぜひ菜の花にご連絡下さい。 担当：特養生活相談員

制限解除

絵手紙倶楽部 3月22日 可愛い春の花を
愉しむ笑顔が、素敵です。
華道倶楽部 3月18日

書道倶楽部 3月13日 「はる」ですね。烏帽子山ではうぐいすや雲雀が春を告げています。お名前もスバリ「はる」さん、この中にいらっしゃいますよ!

富士 誕生会 3月28日

おたんじょうび おめでとう!

たっぷりジューシーなフレンチトーストが焼き上がり、ユニットに甘い風が起こりました。皆で歌でお祝いしました。芯まで柔らかく焼けたので、全員でフレンチトーストを堪能することができました。

4階 健康倶楽部 3月12日 さすが踊りのお師匠様、体操する手先までお美しいのです

手芸クラブ 3月29日 縁起の良いフクロウの根付を作ってちょっと幸せに!

今月以降の行事予定(現在決定分)

4月22日	ボランティア ティラミス	15日	華道倶楽部
24日	書道倶楽部	22日	書道倶楽部
26日	絵手紙倶楽部	24日	絵手紙倶楽部
27日~	菜の花作品展 (~5/10)	27日	ボランティア Fu~風
5月8日	書道倶楽部		
10日	手芸倶楽部		

公開資料・菜の花だよりは、ホームページからご覧いただけます。
http://seikeikai.info/
発行：社会福祉法人聖啓会
特別養護老人ホーム菜の花
電話：054-646-7087
編集：中村

3月から4月にかけて、お花見ドライブに行ってきます!

久しぶりの外出で外気浴とお花見です。ソメイヨシノは蕾でしたが寒桜を楽しみました。

お花見



❁ 瀬戸川桜並木・運動公園・瀬戸谷ゆらくと回ってきました。肝心の桜が開花しておらず、ルートを多少変更して回ってきました。久しぶりの外出とあって、車内は終始和やかで会話が弾み、笑いが絶えることがありませんでした。

❁ 少し花見には早かったのですが、みんなで「あぁそこに!」「こっちこっち」と桜探しのドライブ、貴重な桜を発見すると車内に歓声があがりました。

❁ 所々咲いている桜を眺めながら、口々に「綺麗だね」「咲き始めたね」と喜んでいただけました。車内では歌を口ずさんだり、観光バス旅行のように景色を楽しんできました。



スナップ写真より、
「なんでもない日は良い日だぞ!」
(シリーズ化決定?)

「囲碁倶楽部」3月29日

講師の先生

うーむ…お主、
なかなかの腕前と見た…

ミスターX

フッフッフッ…



山内：学生の頃からジャイアンツが好きです。月1で東京ドームに行きます。

早川：大好きなものは本。父と祖父の部屋は本の巢。一生かけても及ばないけど、近頃一段と読むのが楽しい!!

小長谷：EXILEが好きです。よくLIVEにも行きます。

和田：5人の孫のぼぁぼですが…良い年して父、母の事が大好きです♡ウフッ

ユニット特集 寿ユニット

今年度もユニット特集!先頭バッターは寿ユニットです。今年度は職員に「好きなもの」をお題に一言をもらいました。

年とともに花が綺麗に感じるのはどうして?とチコちゃんに聞いてみたい今日この頃。寿ユニットでは、時々テーブルに季節の花を飾ります。ベランダには鉢植え、フロアには緑が溢れています。「綺麗だねえ」「そうだねえ」と心を通わせ、皆で和めるユニットです。お年を召され、どの方も痛い所や切ない所がありますが、お口はお元気で(笑)。昔話を聴いたり、一緒に歌ったり、時には時事ネタを話題に、楽しい毎日です。「まだ寝ていたい、ご飯は今いい」のお声の一方で「何かちょうだい」のお声もあり、まさに十人十色。一人ひとりの気持ちを汲み、寄り添いながら、其々のペースで穏やかに暮らして頂けるよう、寿ユニットでは心がけています。



Healing <ヒーリング>

意味 くほっとする・心と身体の健康を回復・大宇宙に充滿する命

4月のHealingは♥“幸福寿命”ニラジオ体操と幸せホルモンです。

桜の開花と共に彼方ら此方らから、ほのぼのとした嬉しい情景に遭遇します。菜の花では一日でも早く、4階富士ユニットが先発で、お花見ミステリーツアーに出かけて居ります。今年は開花が遅れ残念な思いをしましたが、何と!職員は「貴重な1本の枝から散る桜の花びらを一片ずつ参加された方々の手に乗せて、楽しんで頂いた」との報告がありました。笑顔で“幸福そう”な表情が目に見えます。4月に入り、リベンジツアーで2度目のお花見を満喫され車から降りたくないと泣き出す方も居られました。幸福度と寿命は幸福を感じている人程寿命が延びるそうで、理由は幸福だと困難を乗り越え易い様です。寿命にはホルモンの働きが多いに関与すると言われています。

♥幸せホルモン=セロトニンは適度な運動、自分が楽しんでできる運動、ゆったりとした雰囲気、深呼吸をしたり豊かな気持ちになると分泌が高まる事が解り、開設から実施していたラジオ体操は4月から職員も一斉に体操をして、皆様と一緒に楽しむ時間としています。

♥愛情ホルモン=オキシトシンは記憶力を増し幸せな環境が分泌を促す様です。親切を心掛ける生活習慣は幸せに繋がり二つのホルモンが分泌し、その行為がお年寄りの皆様と私達自身の幸福寿命を延ばす事となります。

ちょっと手を止め、ゆったり気分で、ラジオ体操始め!!新緑のフィトンチッドを深呼吸。

