



ほほえみ通信



新年を迎えて あっという間に、1ヶ月が過ぎました。まだまだ寒い日が続いていますが、皆様いかがお過ごしでしょうか？今月は1月の施設での行事と入居者様の生活状況をお届けいたします。お正月は書初めや、かるたをしました。6日から月末にかけて出雲大社に初詣に行きお正月気分を満喫されました。



体操教室

8日と20日は、体操教室（無料）が行われました。口腔体操や表情筋の運動、発声による腹筋運動、座ったまま足を上げたり、腕をのばしたりと皆さん真剣な表情で参加されていました。



ボランティア

12日はホールに皆さんがボランティアに来てくれました。音楽に合わせて身体を動かしたり、一緒に歌ったりしました。青い山脈や星影のワルツでは、皆さん懐かしそうな表情で歌詞を口ずさんでいました。25日は、ひので会の皆さんが民謡や唄、太鼓、日本舞踊、三味線



でも目でも耳でも楽しませてくれました。太鼓の小気味いいリズムと

三味線の音色が館内に響き素敵なひとときを過ごされました。

水曜日のクラブ

1月から始まった万華鏡教室では、季節の花に皆さん大変喜ばれています。花の香りを楽しまれ、「癒されるわ」とおっしゃられています。美文字教室では、小筆で講師の指導のもと背筋をピンと伸ばして手習いをされています。手芸教室では器用に布をはさみで切り、細かい作業を丁寧にされていました。



こんな研修をしました！



27日には消防署から講師を迎えて応急手当（AED）の講習会を開催しました。14名の職員が参加してAEDの使用手順と胸骨圧迫・人工呼吸の講習を受けました。

2月の予定

- 3日 節分（豆まき）
- 10日 体操教室
- 17日 体操教室
- 22日 お買物サロン
- 23日 ブレーメン音楽隊

