

秋も一段と深まり、日だまりの恋しい季節となりました。
今月号では10月14日、15日、16日に開催致しました、
文化祭の様子のほか、フロアイベントや屋上花壇の様子を
お伝え致します。



シヨートステイ便り

ウエルガーデン伊興園

★14日：文化祭初日は、ボランティアで来園してくれた子ども達によるヒップホップダンスが披露されました！あまり馴染みはないかもしれませんが、ヒップホップダンスは老年医学にも注目されており、加齢による衰えが避けられないとされてきた「敏しょう性」が、強いビートに合わせたヒップホップダンスを楽しむだけで、回復するというデータもあるそうです。転倒予防や安全運転などにつながると期待されています。



11月号



welgarden



★15日文化祭二日目は、そば打ちを体験して頂きました。ご自身で打った蕎麦の味は格別であったご様子です。そばには多くの栄養素が含まれ長寿の食べ物ともいわれており、生命活動をつかさどるたんぱく質や疲労回復を促すビタミンB群、血圧を下げ認知症予防効果があるといわれるルチンなどが多くの効果が期待されています。うどんよりそば派！とお話しされるご利用者も多くいます(^_^)



★16日最終日にはボランティアの方々による三味線が披露されました。心の奥底に響く力強い音色が印象的でした。間近で聞く音は迫力が違いますね。



今月のあれこれ・・・

文化祭も含め、イベント等をご紹介します。



今年の文化祭は『懐古』～大正、昭和、平成、昔を懐かしもう～というテーマのもと開催されました。各フロアには昔の街並みの写真等で装飾が施され、ご利用者様は時代の移り変わりを懐かしんでおられました。



HAPPY HALLOWEEN!!

10月のイベントと言えばハロウィンですね！フロアでもハロウィンイベントを開催しました。ご利用者様はお化けに扮した職員に対して、「怖くないよ～(笑)」と笑顔で写真撮影。お菓子も配られ、楽しいイベントとなりました♪



伊興園の屋上の一角では、コスモスが見頃を迎えています。ちょっとしたお散歩の際など、ご利用者様を屋上にご案内し、楽しんでいただいております。秋の澄んだ青空とコスモスもコラボレーションは一見の価値ありです！



11月の予定

≪全フロア共通≫

- 1日 〈行事食・誕生日食〉
- 12日 〈華道クラブ〉
- 14日 〈書道クラブ〉
- 19日 〈絵手紙クラブ〉
- 23日 〈行事食〉

・2階

- 7日 〈フリーイベント〉
- 13日 〈外食〉
- 18日 〈誕生日会〉
- 26日 〈フリーハイク〉

・3階

- 17日 〈誕生日会〉
- 19日 〈フリーハイク〉
- 26日 〈フリーイベント〉

・4階

- 9日 〈誕生日会〉
- 13日 〈フリーイベント〉

