

月刊うららか通信

■ 野に咲く花 ■ 山に鳴く鳥 ■ 里に吹く風

■ 夏の庭 ■ 秋の雲

■ 事務局 TEL 03-5933-3463 FAX 03-5933-3464

■ e-mail satokaze@sage.ocn.ne.jp

■ URL <http://www.human-fukushi.jp/>

■ ブログ <http://humanfuku.exblog.jp/>

「うららかデイとうさぎでぴよん」

隔日くらいで更新しています。ぜひご覧ください。



4月・5月の活動風景

野に咲く花



器具を使っの歩行訓練。ゆったりと過ごします。

夏の庭



ゴム体操や機能訓練、お料理もこなします。

山に鳴く鳥



身体をう〜んと伸ばします。天気の良い日はお散歩へ。

秋の雲



おやつ作りや学習で、頭も指先も使います。

里に吹く風



山菜の箸休め作りや、椎茸の駒打ちをしました。

～日常の活動報告～

『野に咲く花』 足浴・体操・ボール運動

『山に鳴く鳥』 おやつ作りと調理プログラム

『里に吹く風』 おやつ作りと散歩、学習

『夏の庭』 体操と学習

『秋の雲』 散歩と体操

【編集記】梅川久恵
▼うららか通信4・5月号をお届けします。▼GW中は恒例のお餅つき・柏餅作り、他にはらっきょう漬けなど、今月も季節を楽しむ活動を行いました。また、山菜をメインとしたお食事を楽しんで頂く予定です。▼施設担当者の自己紹介と心がけている事、施設の皆様のご様子は、「山に鳴く鳥」からです。
【山に鳴く鳥】直嶋美和子
▼月日が流れるのは早いですね。担当になり2年半が経とうとしています。▼「山に鳴く鳥」の皆さんとの毎日の昼食作り、料理の腕も随分と上がりました。▼山の庭には四季折々の花が咲き、庭のうつろいは皆さんの心も私の心も癒してくれます。庭仕事、畑仕事の好きな私にはありがたい環境です。▼さて、「山に鳴く鳥」の一日は、調理で始まり、調理で終わると言っても過言ではありませんが、最近少し違った事にも気がつけています。▼腹式呼吸や身体をほぐす体操、腹筋をつける体操など。毎日少しずつ続け、体力の維持を図っていききたいと思います。

うららかポタジェで収穫



毎年恒例！
GWにお餅つきと
かしわ餅を作りました
施設の外でも内でも
楽しんで頂きました

お餅つき



かしわ餅

その他 色々



今月も色々やりました。
何をしているかは写真を見てご想像にお任せ。

