わくわくの里だより

2025 年 6 月号

小規模多機能型居宅介護
わくわくの里
瀬谷区橋戸 3－69－2
045－300－0606
発行責任者　飯塚陵子

６月の誕生木『くす』　木言葉…活力、あなたにはすべて備わっている

木々の緑が濃くなってきました。ほんのり色付いた紫陽花のつぼみに入梅が近いのかな、と感じます。そろそろ夏の暑さに負けない体づくりを始めませんか。ポイントは「汗をかく」ことと「体のリズム」です。同じ時間に起床し、入浴や散歩で汗をかいていきましょう

5 月の墨笑作品

活動の様子

毎日、ご利用者様と一緒に楽しいこと探しをしています

トランプタワー

集中・・・

集中・・・

完成！

お花の植え替え

輪投げ

玉入れ

イカタコ釣り

「月がとっても青いから～♪」

歌

ご利用者様の好きな歌を、皆で歌っています

ご利用者様のご自宅に咲いていた芍薬を持ってきてくださったので、皆で楽しませていただきました。「立てば芍薬、座れば牡丹」 芍薬の花は、すらりと伸びた茎の先端に美しい花を咲かせることから、女性の立ち姿を美しく表現しています。（漢方では違う意味があるそうです）

墨笑会

素敵～

外出レク

個別外出で、オーガスタミルクファームに行きました。牛と触れ合い、美味しいジェラードでリフレッシュ♪

美味しい！

歌声喫茶

季節の歌、懐かしの歌をみんなで歌いました。歌うことは、「ストレス発散」「口周りの筋力強化」「音程や歌詞で脳の活性化」「唾液の分泌で口腔環境が整う」など、効果絶大！

～わくわくの里プチ紹介コーナー～

Part3　端午の節句

端午の節句は日本の伝統的な行事で、季節を意識し楽しさを感じることができる機会でもあります。制作や食事、羽織袴で写真撮影などでご利用者様と一緒にお節句を楽しみました

３月にタイミングが合わなかったご利用者様も着物で「大人のおしゃれ」を楽しまれました

大丈夫です

苦しくない？

座ったままで着付けています