

第二相扶園 だより 令和5年春発行号



社会福祉法人 相扶会
庄原市テイサ-ビスセンター 第二相扶園
TEL: 0824-75-0880
ホームページもご覧下さい!!

寒く長かった冬も終わりを告げ、野にはきれいな花々が咲く季節になってきました。しばらく休んでいた田畑の仕事も始まり、堆肥散布や溝堀などで汗を流しています。先日、ある資料で「冬季うつ」という記事を見ました。冬は日も短く寒いので、外に出る機会が少なくなり日光に当たらないことで起こる「季節性情動障害」の1つだそうです。症状は過食でご飯、麺類、パンといった炭水化物や甘いものを好むようになり、体重の増加や過眠傾向が特徴のようです。さらに気分が落ち込む、気力が減退するといった症状もあるようです。対策としては、積極的に日光に当たること、肉や魚、大豆のタンパク質を摂取すること、適度な運動を行うこと（過度に注意）だそうです。いずれにせよ「セルフケア」が重要となりますので、私たちは、みなさんが健康で楽しみのある生活を継続していただくために、これからもいろいろな活動や対策に力を入れていきたいと思ひます。

第二相扶園総括責任者 新丸 高弘

第二相扶園 季節の行事もご紹介 令和4年秋 敬老会を行いました



ニリヤ
めでタイ!!



ご長寿の節目にあられる方には、カーブ選手にはりきつてお写真のプレゼントをさせていただきました。庄原のご長寿カーブもますます活躍いたしますよ。



風食はお祝い
カンパ-イ

こうやって何歳になっても一緒に喜びながら生きてうちら幸せじやね(泣)



祝 林セツコ様 百寿おめでとう ございます!!

お友達からの花束やお祝いの言葉に思ひ可涙が光ります。ありがじやね(泣)



令和5年3月1日めでたく百寿を迎えられた林セツコ様のお祝いを第二相扶園でさせていただきました。大正12年3月1日生まれ。板橋町で、百姓や子育て、地域の活動など一生懸命に元気でこられたステキな女性です。共に喜びあえる幸せを職員一同うれしく思います。

フラダンスでお祝い 気分は アロハ

石田看護師の優雅なフラダンスにご利用者様も思わず体が動きます♪



AKB48(?) 登場!!

ほんと有名なAKB48(?)が庄原にお祝いに来まはる元気のでるダンスに皆まろり♡



沖縄エイサー
カッコいい太鼓のリズムに心が踊ります。
チムチム!!



表彰状のお祝いや記念品のプレゼント
これからもますますお元気で♡



令和4年冬忘年会



2022年も皆さまに支えていただきながら年末を迎えました。年の瀬をお祝いしました。



★ビンゴに当たると、ご自身で景品を選んでいただきました。選ばれている時の顔は真剣です!!

がんばっておられる皆様の活動の様子を写真にとって、感謝の気持ちこめて送りました。表情がかがやいておられます。

毎日お世話になっております 皆さまへ

あなたはこの一年 こんなにかんばりました

感謝状

日々頃の皆様のかんばりをご家族様等へお知らせします。



備えあれば 憂いなし!

防災訓練も行いました



毎年2回 実施が義務づけられています。

令和5年2月



実際に消火器を使いました。ご利用者のみならず、消防訓練を行いました。



訓練中の様子。テラス・バスたてもの内からの出火を想定し、安全に避難するため練習です。

アロックから田中アドバイザーを迎えて災害について学びます。

今年一年の無病息災の願いを込めて行いました。

令和5年 節分行事

利用者様に作っていただいたお守りです。元気で過ごせますように。



年男、年女さんには、福の神に扮りきり記念撮影。

鬼のパンツ体操で体をしっかり動かしました。2月の寒い日でしたが、うす汗ばお利用者様もおられました。

日常のかがやく皆様の様子



土をさめると水を得た魚の様に活き活きと活動する皆様。あはれ!!



元気に育ちますよ〜 愛しい我が子の様に成長を見守っておられます。

機能訓練の様子



編集後記

いつもお世話になります。先日、利用者様との会話の中で春の話をし、「タケノコが掘れますね」と話すと、「あんた、タケノコに惚れるの?」とびっくりされていました。日本語って難しいですね。日々勉強の毎日です。TAKA-中原

