

《6月の誕生者》

- ・石井正義 様
 - ・古小高富子 様
 - ・酒井シゲ子 様
 - ・佐藤淳一 様
- ～おめでとうございます～



《6月の行事》

- ・体重測定 月初め
- ・誕生会 随時
- ・家族会 10日(土) 午後6時30分～
- ・レクリエーション大会
12日(月)～14日(水)
日頃いろんなゲームを行っていますが、この日は
なお一層楽しいゲームを計画しています。
- ・避難訓練(地震) 17日(土)

《寄贈》

- 上町 佐藤様 おむつ
- 北町 志賀様 鉢花
- 本陣前 飯崎様 お花
- 中太田 高島様 お花
- 中太田 清川様 お花



食中毒に注意

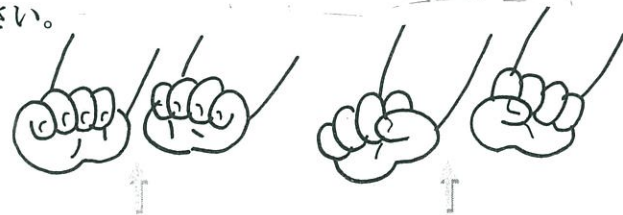
湿度の高いこの時期は、食中毒が特に発生しやすい時期です。事故やトラブルを防ぐため、食べ物の持ち込みは、禁止させて頂いていますが、時々見受けられます。ご遠慮くださいますようお願いいたします。またご自宅でも手洗い、うがいをしっかりとお願いします。

～ありがとうございました

楽しく体操を

口腔ケア

5月にご紹介した手の運動いかがでしたか？
今回も引き続き手の運動です。テレビを見ながらでもできますので、是非行ってください。

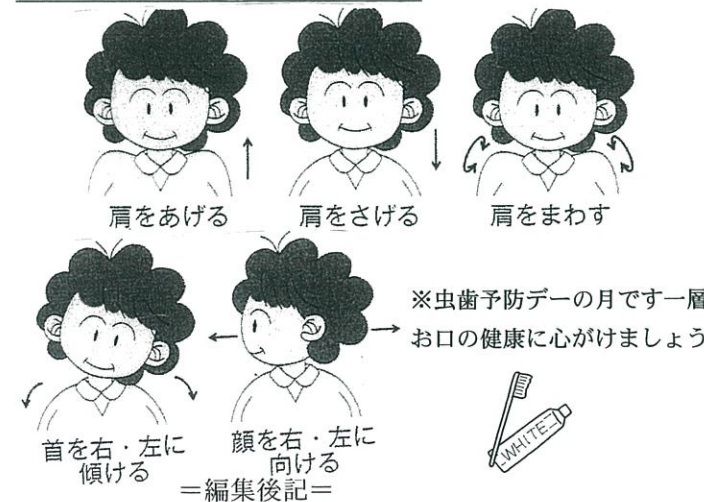


親指 中に 親指 外に

親指を中に入れて手を握り、一度開いて次は親指を外に出す。
以上を交互に繰り返す。慣れてきたら片手は親指を中に、他方は外にして握ったところから始める。

食前・嚥下(えんげ)体操 その2

飲み込む力をアップするゴックン体操



肩をあげる 肩をさげる 肩をまわす

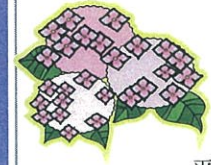
首を右・左に傾ける 顔を右・左に向ける



※虫歯予防デーの月です一層お口の健康に心がけましょう

うっとうしい雨の季節です。でも作物には恵みの雨ですね。今年、田んぼが青々とし、この地の田園風景が蘇ったように感じます。うれしく思う私です。

しゃりん梅だより



6月号

平成29年6月1日発行

紙相撲大会



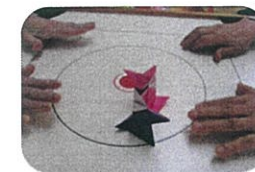
力士の土俵入り



はっけよ～い、のこった!



のこった、のこった!



叩く場所と強さが勝負のポイントです



表彰式の様子です

端午の節句といえば、子どもの健やかな成長と立身出世を祈る行事です。
数年前から、立身出世で有名な金太郎からヒントを得て、紙相撲を行っています。恒例となった行事ですが、今年は折り紙で力士を作ることで、作る楽しみも加え大いに盛り上がりました。しこ名を決め、土俵入りから始まり、トーナメント方式で対戦しました。決勝戦では対戦する側も、応援する側も手に汗握る接戦でした。

しゃりん梅杯 春季競馬大会

5月のレクリエーションでは手首の柔軟さと握力向上を図るため、ひもをロールに巻きつけていく運動を行いました。ただ行うだけではつまらないので、ひもの先に馬のモチーフをつけて行いました。「走れ、コウタロー」の音楽もかけ、まさに競馬のような雰囲気でした。
「よーい、ドン」の掛け声に4頭の馬が動きだします。簡単そうに見えますが、約3メートルの長さがあるため隣の馬の様子を見ながら手も早めたり、ちょっと休憩をされる方など工夫されていました。皆さんから「疲れたけれど、楽しかった。」という感想をいただきました。

