

ペリデ長田新聞

2023年 6月号

PELIDE

木々の緑が色濃くなり、
ペリデガーデンは、新しい季節を迎えています。
入居者様にご家族様との時間をお楽しみいただきたいと、
【Pelide Cafe Time】を開催いたしました。



ペリデ特製の
チョコレートシフォンケーキや杏仁プリンなどが
テーブルに運ばれてくると
「まあ美味しそう!」と、うれしいお言葉が聞こえてきました。



ご家族様とゆっくり過ごされる入居者様。
スイーツを召し上がりながら、お話も弾んだご様子でした。



多くのご家族様にご参加いただき、ありがとうございました。
このような会を催せることを心からうれしく思っております。
この日を迎えられたのも、三年間、皆様の温かいお力添えが
あったからこそと感謝しております。
本当にありがとうございます。



お食事紹介

この時期、静岡ならではの食事
を召し上がっていただきました。

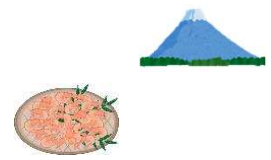
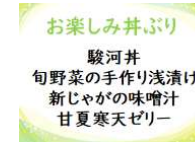
新茶御膳

お茶どころ静岡に、
新茶の季節がやって来ました。



お楽しみ丼ぶり

駿河湾の幸である
シラスと桜えび
たっぷりのどんぶりです。



静岡の味ね♪

7月の予定

七夕WEEK ～夏の音楽祭～

ロング・デイ 7月1日(土) ~ 7日(金)

ロビーの笹に皆様の願いを込めた短冊を飾っていただきます。
また、館内を吹き流しなどを飾り、天の川のライトアップを行います。
七夕のお祭り気分をお楽しみください!

7月3日(月) 夏の音楽祭

ロング 13:35 ~ 3階レストラン
デイ 14:25 ~ デイルーム

【FUTABA道の会】様による夏の音楽祭を開催いたします。
バイオリン、ピアノ、リコーダーの生演奏をお聴き下さい。

デイ・コグニサイズ

デイサービスの皆様が毎日取り組んでいるコグニサイズのご様子をご紹介します。

コグニサイズとは、国立長寿医療研究センターが開発した身体を動かしながら脳を鍛えるエクササイズで、認知機能の向上に役立つとされています。



コグニサイズ実践者研修の修了者でもある高澤相談員が中心となり行っています。始めに、コグニサイズの説明と効果を皆様にお伝えしました。



♪ 身体を動かすことで、認知症リスクになる運動不足が解消されます。

【足踏みと手拍子運動】



足踏みをしながら、3の倍数で手を叩いて下さい！



♪ 脳を刺激する【考える】ことができます。

【胸の前でグーパー運動】



グーとパーをチョコキに変えてみると、「アレ？」と混乱するスタッフも！

身体を動かしながら考えるって、なかなか難しいですね。

♪ 自然と笑顔になることで、脳や身体に良い影響が現れます。

運動が終わると、皆様とても明るい表情をされています。



前回よりも出来たわ♪



ついつい夢中のなっちゃう♪



今日も頑張ったわ♪

今回紹介させていただいた他にも、多くのメニューをご用意しています。

コグニサイズで認知症を予防して、ますますお元気に！



夏のガーデン彩フェア

ガーデニングで気分をリフレッシュしていただきたいと【夏のガーデン彩フェア】を開催しました。



昨年に引き続き、今年もサツマイモの苗を植えていただきました。



去年は立派なさつまいもが穫れたね♪



手慣れた手つきで植え付けされていました。



これでよし！

秋の収穫が楽しみです。



花壇の花も植替えをお手伝いいただきました。



ふかふかの土を、苗が埋まるくらいに掘っていきます。



新しい花は、生き生きして、元気を貰うわ♪



大きくなあれ♪



花や土に触れて良い気分転換ができたようで、素敵な笑顔を見せてくださいました。ペリデガーデンは、彩り豊かに変わりました。皆様に植えていただいた苗が大きく育っていく様子を、ガーデンをお散歩しながら秋までお楽しみいただきたいと思います。

