

ペリデ下川原新聞

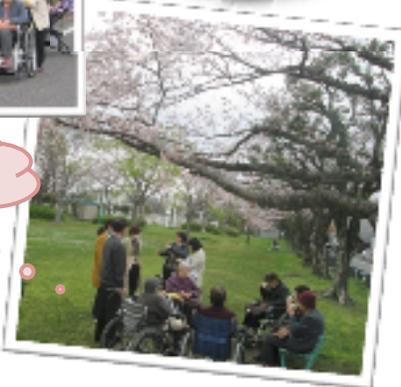
2016年 4月号

PELIDE



春、満開

今年は、桜の開花がゆっくりでしたね。ペリデ下川原でも、今か今かと楽しみに待っていましたが、いよいよ開花が発表されました。



ちょっとのんびりティータイム……

桜の下に集まっていらっしゃる皆様……。どちらへお出かけされたのでしょうか。詳しくは中面でお伝えします♪

細かい作業は得意だよ。



ストローで作った富士山にご注目！桜の花びらも、本物のように綺麗です。

今回も力作です！



ロビーにも桜をしつらえ、利用者様やご家族様をお迎えました。先月号でお伝えしたデイサービスのご利用者様が制作された、桜と富士山の壁画も、見事完成しました！



癒しのヨガ教室

3月から、ご入居者様のヨガ教室が始まりました。動きもゆったり、椅子に座って行うヨガです。



ふか〜く呼吸をしましょうね。

体が伸びて気持ちがいいわ。

かかとを伸ばしたり、足を抱えたり……。ちょっと大変な動きの時は、先生からアドバイスがありますので、皆様無理なく行っていらっしゃいます。



「リラックスしながら運動になるね」と皆様にも好評のヨガ教室。これからも月1回行っていきますので、どうぞお楽しみに。



ロング・デイ

イベント案内

ロング



5月3日(火・祝)

5月12日(木) 19日(木) 26日(木)

端午の節句イベント

川原太鼓の皆様演奏を披露していただきます。笹団子と新茶のおやつで、端午の節句をお祝いします。

買物ツアー

100円ショップ セリア

何でも揃う100円ショップで、楽しくお買い物をしましょう。

<6月の予定> 6月15日(水) (予定) **生き生き健康フェスタ**

ロング・デイ 梨花幼稚園の園児さんとのふれあいなどを企画しております。



桜湯

春を満喫していただくイベントとして、桜湯をご用意いたしました。お知らせのポスターを見て、「楽しみだね～」と心待ちにして下さる方も。



脱衣所に桜を生け、浴室にも桜のしつらえをしました。



いつもとは違った雰囲気、いいね～。

桜のいい香りがするね～

最高の気分だなあ！

桜湯の効能

消炎、解毒、打ち身、捻挫、せき止め、湿疹予防、改善、蕁麻疹の解消、疲労回復、安眠、風邪予防、美白効果

桜湯の効能にはさまざまなものがありますが、見た目にも楽しんでいただけるように、そして桜の香りでもリラックスしていただけるよう工夫しました。春らしい演出でお楽しみいただいた春の桜湯、皆様にとっても喜んでいただきました。

ロングお花見散歩



桜が満開になったら……と入居者様とスタッフが楽しみに計画していたお花見です。今年皆様とお散歩をしながら、下川原公園まで行って来ました。



綺麗に咲いているかしら～



外はまだ少し肌寒いですが、歩いているうちに体がポカポカしてきますね。

公園に到着すると……満開の桜！皆様最高の笑顔です♪



桜の下でハイ、チーズ♪



タンポポも咲いていたのよ～



お散歩しながらのお花見も良いものですね。今月は桜湯、お花見散歩と、桜を愛でるイベントで、春を満喫していただきました。

