

よりみちの家便り

第 151 号

2023（令和 5）年 7 月

小規模多機能・よりみちの家

東京都足立区柳原 1-29-16

Tel. 03(5284)2165

Fax. 03(5284)2170



7月のカレンダー：七夕の織姫と彦星
年に一度のランデブー

玄関のシンボルツリー
木槿の花が今年も満開
花言葉：デリケートな愛、尊敬、信念、新しい美

皆さまにお願い

介護保険負担割合証

8月に切り替えなので足立区から7月中旬に届きます。
コピーをとらせていただきますので、お持ちください
ようお願い致します。（負担割合証は黄色です）



室内で花火大会？



数年ぶりで足立の花火大会は 7/22（土）、隅田川花火大会は 7/29（土）。ひと足先によりみちの家では花火大会を開催！大きなスクリーンにプロジェクターで過去の足立の花火大会の映像を映しながら、冷房のきいた部屋で飲み物やたこ焼きならぬワインナー焼きを食べお祭り気分。これなら人混みに押されることも、トイレの心配もなく、迷子にもならず安心ですね！かけ声はやっぱり「たまや～」「かぎや～」



よりみちの家には名優が二人も！

職員の山下さんは、劇団員をされています。

一方、藤枝さんは声優の専門学校卒業。それぞれの得意とする朗読を聞いていただきました。せっかくの特技ですから今後とも利用者さんに楽しんでいただけるようにしたいですね。



7月のお誕生者

お誕生日おめでとうございます
Happy Birthday



A.K さん 90 歳

カラオケが好きです。若い頃には丁稚奉公というのあって、苦労もしましたよ。でも、今は幸せです。

今年は
90歳です

佐藤千秋看護師のマジックハンド
リラクゼーション



体操をいきいきと 楽しみながら、遊びながら



機能訓練指導員である佐藤千秋看護師指導で、手つなぎスクワット、足上げ腹筋体操などで下肢、体幹の筋力低下を防止。ジョイントマット導入で靴を脱ぎ足裏が床に着くようにしたら転倒もほとんど無くなりました！



Youtube（ユーチューブ）を見ながら、リハビリ体操。『**すぎもとリハビリチャンネル（スキリハCH）**』のすぎもと先生が笑顔で優しく色々なプログラムで教えてくれるので人気ですよ。

こちらは、広告チラシを手で丸めて、傘を的にして投げ入れる「チラシボール玉入れ」。遊びながら手指の筋力、腕の筋力アップをめざします。

トランプの神経衰弱で頭をフル回転！

