

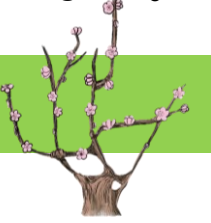


みなさま、こんにちは！

まさに、真冬、ですね。大寒（だいかん）が過ぎ、今年最大の寒気が訪れました。コロナウイルスも、インフルエンザも、できればかかりたくないですが、花粉もそろそろお目見えの季節です。今年も過去最大級の飛散予報と聞いております。そして、2月4日は立春です。早々と梅の便りも届き始めました。

今月も、手洗い、うがい、はもちろん、よく食べて、楽しく笑って過ごしてまいりましょう。

訓練機器の配置を大幅に変更しました！

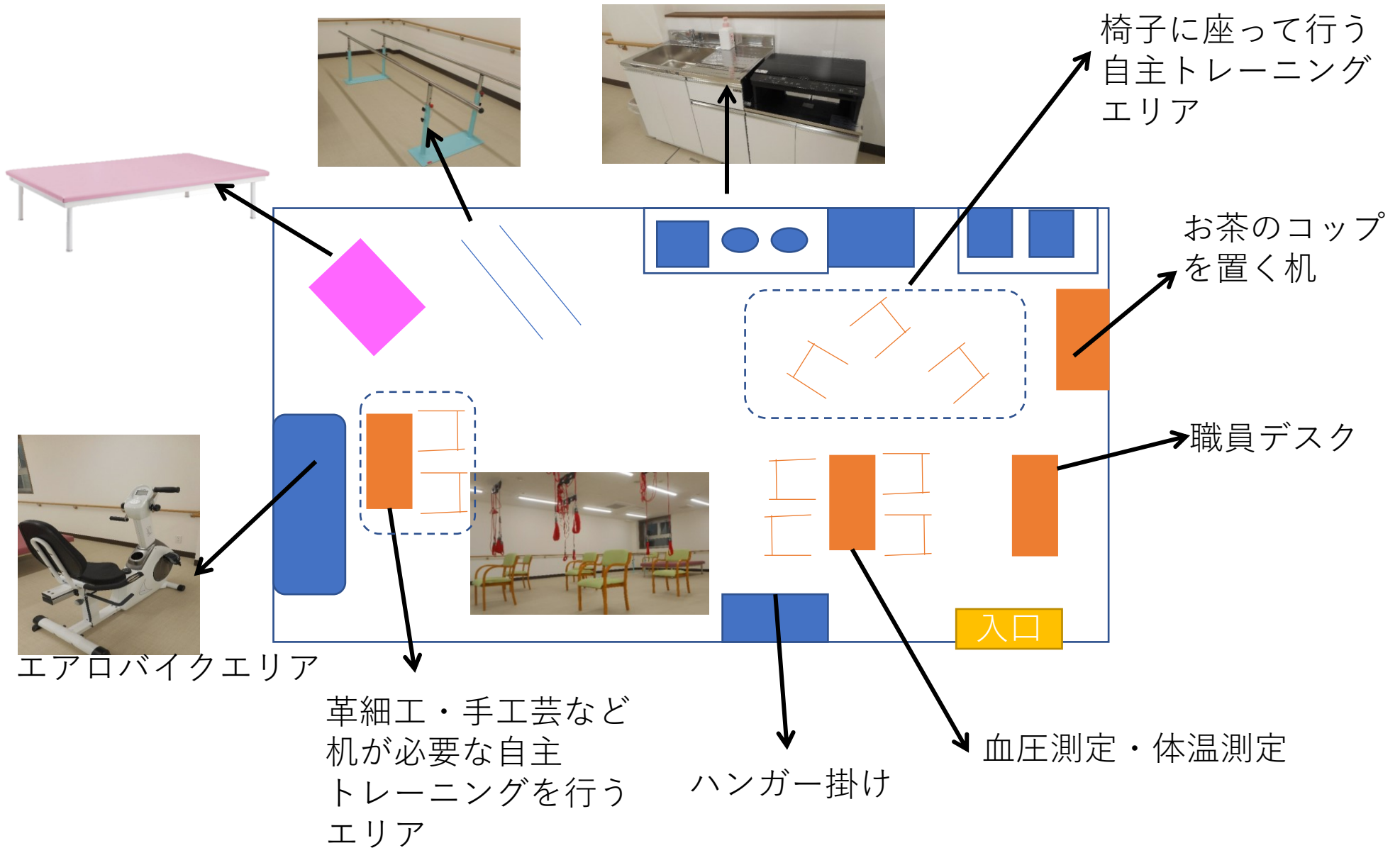


開設して2月で8か月目を迎えました。

おかげさまで、通われる方が増えてきたことから、皆様にのびのびと自主トレーニングに取り組んでいただける環境をご提供できるように、施設内の備品の配置を大幅に変更いたしました。

開設当初のように、机を囲んでおしゃべりすることが難しくなりましたが、それぞれの目標に向かって、様々な自主トレーニングを行っていただけるように、今後も試行錯誤を続けてまいります。ぜひ、ご意見、ご感想をお聞かせください。

ご家族の皆様は、リハビリテーション会議でご来訪いただいた際に、ご覧いただければ幸いです。





1月の調理練習風景

調理練習も複数回行う方々が増えてきました。立ち続けて取り組むときの疲れ具合の調整、また手順よく行うこと、包丁で効率的に食材を切ることなど、様々な課題と向き合われています。



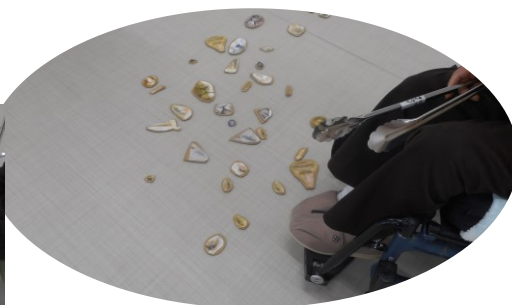
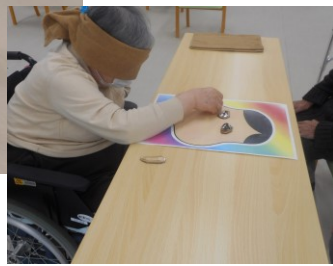
実施メニュー 順不同

焼きそば お好み焼き ポトフ
オムレツ 煮物（筑前煮風）
シーチキンサラダ 野菜サラダ



1月のレクリエーション：『片野さん！新しい顔よ それいけ、カタパンマン！』

先月は新春にふさわしく、様々な顔の福笑いをしました。床に置いたパーツたちを拾い、目隠しした方に、他のご利用者が置き場所をお伝えしながら、和気あいあいと取り組まれました。作品の一部をお披露目します。



今月のお花

梅



『東風吹かば におひをこせよ 梅の花

主（あるじ）なしとて 春を忘るな（春なわすれそ）』

学問の神様 菅原道真の短歌です。大事にしていた梅の木に語り掛けるように詠んだ歌とされています。

春の訪れを最初に知らせてくれる花、なんと300種類以上あるそうです。

好みの梅の花探し、してみたいものですね。

2月の予定 イベント情報

2月13日（月）～2月18日（土）

レクリエーション：

『鬼は他所、片野～内』

2月20日（月）～2月26日（金）

診察・リハビリテーション会議

（日程は個別にお知らせします）

2月のレクリエーションは

『鬼は他所、片野～内』です。

もうお分かりですね。今月は節分です。当施設にも皆様にも、福の神が訪れますように。。。って、何か不思議な掛け声。

変わり種の豆まきです。

みなさんで、鬼を追い払いましょう！

編集後記

2月といえば、節分。年の数だけ豆を食べることができる、と幼い時に教わり、大人はたくさん食べられてずるいと、思っていました。

今は、年齢を重ねすぎて、数えることが少し面倒くさくなりました。以前、白寿に近い方に、「こんなにたくさん一度に食べられない」と語られたことも、毎年思い出す季節です。

神社の豆まきも、このコロナ禍で大きく変化してしまい、少し寂しいです。

みなさまにも、心地よい時が訪れますように。

(K.A)