



みなさま、こんにちは！

早々桜が散り、青葉がすっかり重みと厚みを増してきていますね。
つつじやサクラソウなど、様々な花たちが、春を知らせてくれていると感じます。
当院の屋上にもかわいいモッコウバラが咲きました。

みなさまの周りの春は、どのような表情をされていますでしょうか？



4月のレクリエーション：「『いいせんたく、心改め、シン・セイカツ』」

今月は「洗濯」をテーマとしたレクリエーションでした。

新生活、にひっかかりましたが、よいスタートになりましたでしょうか？

自分は洗濯干しなんてしないのに・・・と思われた方もおられたのではないのでしょうか。

実は、洗濯干しは、**立ったまま両手を使うこと**、の活動の一つです。

今回は、リレー形式で交互に、指定した場所で干して、畳んでいただきました。

干す場所は、①自主トレーニングで使用している平行棒

または、②本物のハンガー掛け

でした。

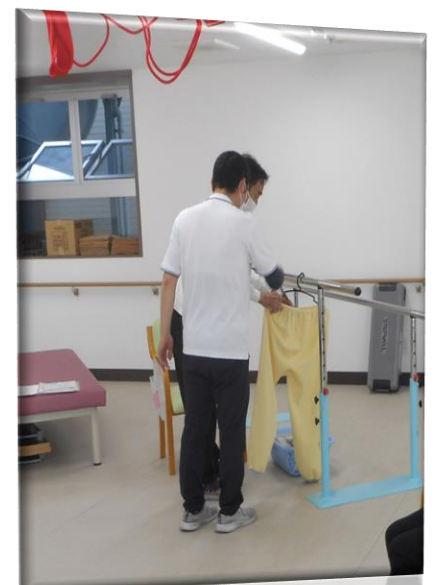
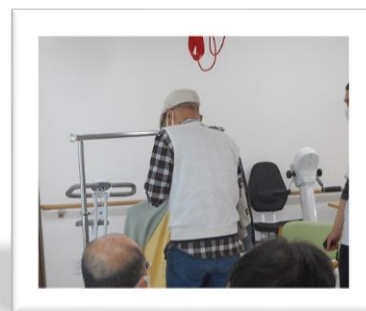
どちらに洋服をかけていただくか、事前の評価に基づき決定しています。

尚、安全を考えて、それぞれ作業するスペースの近くに椅子を置きました。



動きながら干すとき、バランスが不安定になっていないだろうか、
洋服とご自身の体の位置が適切だったか、
手の使い方が著しく不器用になっていないか、など

実は、細かく観察評価をさせていただきました。



今回の経緯なども踏まえ、適宜自主トレーニングの追加、変更など、お声かけいたします。自主トレーニングに物足りなさや大変さをお感じになられていることがありましたら、ご遠慮なく私たちにお知らせください。



調理練習・・・のその後のご様子



毎月、定期的に調理練習が行われています。
今回は、一言たちをご紹介します。

「子供の時以来、久しぶりにお料理できた！」と、野菜炒め。

「今まで料理なんてやったことないよ！」と一念発起して、焼きそば。

「ハンバーグなんて、何十年ぶりよ」とお話しされながらも、

実際には素敵なお料理が完成した方 等々。。

回数を重ねて、ずっと立ち続けたまま調理ができるようになった方も
増えています。そして、実際にご自宅で実践できるようになったり、役割分担が決定
した方々は、調理練習を終了されています。

ご自宅での役割を評価させていただくときに、調理練習のご案内も引き続き行います。
初挑戦してみたいという方も含めて、絶賛募集中です。



来月のレクリエーション・・・少しだけ予告です。

みなさま、最近体調や体型等の影響で着ることが難しくなった洋服はありますか？

ご入院中の皆様は、療養中に体型が変わられたと話されることが多く、退院後の洋服を
心配される声をよく聞きます。

時代の流れて洋服の趣向は変化するものとはいえ、お気に入りの洋服は、いつまでも大切
に着たいと思うものではないでしょうか。

こちらの都合で日程が限られるのですが、更衣に関するレクリエーションを数日間予定し
ています。素早く脱ぎ着ができて、動きやすく・・・けれど見た目は普段見ている洋服とさほ
ど変わらない、それがちょっとした工夫で叶えられるとしたら・・・。

今月のお花

すずらん



このすずらんの絵に見覚えがおありの方がいらっしゃるでしょうか。

昨年7月のちどり通信創刊号に掲載されていたものです。

花言葉の一つに「謙虚」がありました。大きな葉にかくれてしまうほどの小さな
花の特徴から、つつしみ深さを感じるため、というのが由来だそうです。

でも・・・実は、ものすごい生命力なのです。ずうずうしいほどに増えていきます。
なので、この花を見ると、謙虚さとは、実は強固な意志の表れかな、などと感じ
てしまうのです。考えすぎでしょうか。

5月の予定 イベント情報

5月15日（月）～5月20日（土）
レクリエーション：

「人生、山あり、谷あり、階段あり」
または「見た目は同じ、何が違う？」

5月22日（月）～5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）

5月のレクリエーションは

「人生、山あり、谷あり、階段あり」
または「見た目は同じ、何が違う？」

です。

4月に降雨であまり行えなかった外出を、
今度は行き先を少し変えて行います。
また、お日にちを限定して、着やすさと見た
目の良さのご紹介を兼ねたレクリエーション
を行います。

編集後記

真夏がやってきたり、真冬がやってきたり
の気候の変化、花粉だけでなく黄砂もと
んできて、心地よい春の気候とは必ずしも
言い難いかもしれません。

とはいえ、換気のために入口を空けると、
思いのほか強風かつ冷風なので、まだ春
の名残を感じながら、書類が飛ばないよ
うに、あたふたと捕まえています。（K.A）