

輝

宝木荘心得

1. 眼施（がんせ）
やさしいまなざしで人と接する。
2. 和顔悦色施（わけんえつじせ）
にこやかな顔で人と接する。
3. 言辞施（ごんじせ）
やさしい言葉で人と接する。
4. 身施（しんせ）
自分の身体でできることで人に奉仕する。
5. 心施（しんせ）
人のために心をくばる。
6. 床座施（しょうざせ）
席や場所を人に譲る。ときには地位を譲る。
7. 房舎施（ぼうしゃせ）
人に休息の場を提供したり、自分の家に泊めてあげたりする。

令和 8 年
7 月号
<http://takaragisou.jimdo.com/>

選択制

外出ツアー

大谷ベルテラシェ・落合書店

今月の外出ツアーは、

「大谷ベルテラシェ」と「落合書店」へ！

お好きな場所を選んでご参加いただきました。

ベルテラシェでは、アイスやプリン、コーヒーなどを楽しみながら、
素敵なお店を見て回り、気に入った商品を見つけてお買い物も楽しみました♪

落合書店では、ゆっくりと本や雑誌を見て回り、
それぞれに充実した時間を過ごされていました。

皆さまの笑顔がたくさん見られた一日でした！

フォークソング

ボランティアが来てくれました♪

6/26 (木)

懐かしいフォークソングの
演奏と歌声に、皆さま自然と
笑顔に♪

一緒に歌ったり、手拍子を
されたりと、楽しい時間を
過ごされていました。

心あたまるひとときを
ありがとうございました！



職員コラム

①自己紹介

はじめまして。チェトリジャムナと申します。ネパール出身です。名古屋の日本後学校で2年間日本語を学び、卒業しました。その後、さくら医療福祉専門学校で2年間介護を学び、卒業しました。卒業後は、宝木荘に就職し現在は介護職として働いています。まだまだ勉強中ですが、笑顔を大切にしながら利用者様に安心していただける介護職員になれるように一生懸命頑張ります。どうぞよろしくお願い致します。

②趣味

私の趣味は音楽を聴くこととガーデニングです。ガーデニングは野菜や花を育てています。バレーボールも大好きです。

③日本で好きな食べ物

日本で好きな食べ物がたくさんあります。その中でもお蕎麦、餃子、辛いラーメン、焼き肉が特に好きです。

④これからやってみたいこと（行ってみたいところ）

これからやってみたいことは、まず仕事を早く覚えられるように頑張ることです。仕事に慣れたら富士山に登り、雪の中でスキーをしてみたいです。

⑤最後に皆さんへひとこと

1日でも早く仕事を覚え、皆さんのお役に立てるよう、精一杯努力してまいります。どうぞよろしくお願い致します。



お知らせ・お願い

🔑 8月行事「納涼祭」を開催します！

当日は、縁日気分を楽しめる屋台風のお食事をご用意し、夕方には花火も予定しております。夏ならではの楽しいひとときを、ご入居者の皆さまと一緒に過ごしたいと思えます。【参加費】1,800円（縁日・お食事代を含みます）

ご参加いただく皆さまに、夏の思い出となる一日をお届けできるよう準備を進めております。どうぞお楽しみに！

🔑 後期高齢者医療資格確認書・介護保険負担割合証について

現在使用しているものは、令和8年7月31日に有効期限をむかえます。新しいものがお手元に郵送されましたら、事務所へご持参下さいませよう、よろしくお願い申し上げます。

今月の運動

脳活体操

脳の血流量 Up 効果が期待できる脳活体操を、今月も取り組んでみましょう。

先月に引き続き、身体の2か所を使う動き、マルチタスクトレーニングで、脳血流量 Up を目指しましょう。車椅子で行う方は、ブレーキのかけ忘れに注意してください。

足踏み&手拍子

1.椅子に腰かけた姿勢で、膝を90度くらいに曲げ、左右の足を交互に膝を曲げたまま太ももから上げるようにします。

2.1、2と数を声を出しながら足踏みをし、2の倍数のタイミングで手拍子をして下さい。数を意識しながら行うため、脳血流量のUpが期待できます。

3.2の倍数に慣れてきたら、3の倍数で手拍子をして下さい。2の倍数に比べ、足の左右どちらと一緒にタイミングが毎回異なるので、より難しい体操となります。ぜひ、3の倍数での手拍子足踏み出来るように頑張ってみてください。



機能訓練指導員
坂田

今後の予定

R8年（令和8年）

7/16 木 アフリカンダンス

7/17 金 流しそうめん（2階、合同レク）

7/23 木 習字（2階）

7/27 月 美容レク（ヘッドマッサージ）

7/28 火 アロマうちわ作り

7/31 金 合同レク

8/3 月 お誕生会

8/6 木 サックス&手品ボランティア

8/7 金 健康診断

8/18 火 納涼祭

※予定は変更になる場合がございます。ご了承ください。

今月の笑顔



編集後記

もうすぐ梅雨明け間近ですね。今月の外出ツアーでは皆さまの素敵な笑顔にたくさん出会うことができました。ご家族の皆さまにも、施設での日々の様子が少しでも伝われば幸いです。

最後まで読みいただきありがとうございました。

相談員 山本