

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（わけんえつじきせ）
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。



チョコレートフォンデュ

今回はチョコレートフォンデュ作りを行いました！

チョコレートフォンデュって何？どうするの？と皆様不思議そうでした😊

チョコレートが溶けて甘い香りが広がると楽しそうな笑顔でしたね♪

甘いけどおいしいね〜😊と甘い物に癒される時間となりました♡



宝木中学校オンライン交流会

今年も宝木中学校の生徒さんとオンライン交流会を行いました！
生徒さんの考えてくださったゲームと一緒に楽しみました！！

笑い声、拍手が響く賑やかで楽しい時間でしたね♪
福祉委員会のみなさんありがとうございました♪



令和6年 3月号



訪問歯科(大柿歯科医院大柿裕一歯科医
師)と協力連携を更に!

口腔ケアのアドバイス

○粘膜や舌の上に食べかすなどが
ないか
観察しましょう。

○うがいをする時は頬をよく動かして行
くと口唇、頬の筋肉のリハビリになります。

訪問歯科診療
毎週水・土曜日 午後

今後の予定

3月22日 中庭でゲームレク(1階)

29日 中庭でゲームレク(2階)

(日程変更の際はお知らせします)

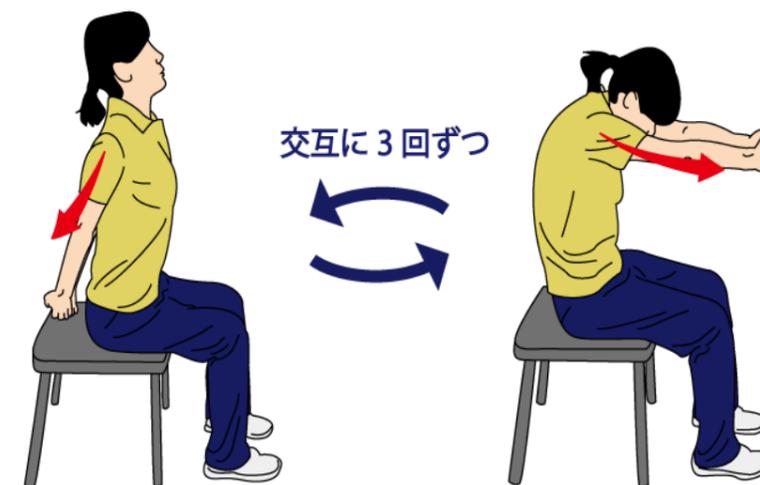
4月1日 誕生会

7日 よさこい花見会



今月の運動

肩甲骨の内外転運動



効果:

- ・肩こり改善
- ・胸椎・胸部の可動性向上
- ・上肢可動域向上
- ・呼吸がしやすくなる

やり方:

- ・上を見るように頸椎・胸椎を起こす。それに伴い肩甲骨内転(手を後ろで組むと肩甲骨内転し易い)
- ・下を向くように頸椎・胸椎を丸めながら肩甲骨外転(手を前で組み前方に伸ばすと肩甲骨外転し易い)

※腰、肩を痛めないように注意。手が組めない人は組まなくて大丈夫です。

日常機能運動部 山形

読み方が難しい漢字

~「春告〇」の別名は
なんでしょう? ~

- ① 春告鳥
- ② 春告草
- ③ 春告魚

正解は来月号に掲載します☆

お知らせ・お願い

○花見会について

4月7日(日)に中庭にてよさこい演舞を観賞しながらお花見会を開催する予定です。入居者様の昼食は行事食、おやつは桜のおやつを提供予定です。参加費500円のご負担をお願い致します。費用は月々の請求に含ませて頂きます。今回、ご家族様とご入居者様も一緒に観覧できるように席をご用意致します。詳細につきましては事前にお送り致しましたお花見会のご案内をご参照ください。参加不参加につきましては、3月25日までに
お返事をくださいますようお願い致します。

編集後記

季節外れの暖かい日があったと思えば、真冬の気温で書もちらり戸もあり、寒暖差の大きい毎日です。今回はチャットフォンテュ作りを行いました。ホットプレートを使って大人数でできるチャットフォンテュは皆様と一緒に協力しながら作る事ができてよかったです。また、宝木中学校の生徒さんとオンライン交流会を行いました。交流会がオンラインになってから数年経ちましたが、少しずつオンラインのいつもの慣れが感じられます。とても楽しい時間でした!また直接交流できる日を楽しみにしています!

閲覧ありがとうございます。



相談員 青柳