

高円寺北

ふれあい通信

平成30年
4月号

発行元



社会福祉法人 奉優会
高円寺北ふれあいの家

編集:高円寺北ふれあいの家 島・鹿子木
お問い合わせ
ふれあいの家 03-3330-4903

E-mail kouenjikita-day@foryou.or.jp

KOUENJIKITA FUREAINO-IE SINCE 2006



～5月の予定～



新緑の5月。かごの屋 杉並梅里店でランチをとり、石神井公園へと出かけます。

例年よりも満開の時期が若干早かった今年、三月の最終週に数日かけて、桜見に出かけました。天気にも恵まれ、中野駅北口から中野通りに約2キロにわたって、約三百本の染井吉野の桜並木のトンネルを抜け、新井薬師公園内の、梅照院という真言宗豊山派の寺院に出かけました。枝垂桜やフリンセス雅(みやび)といった染井吉野以外の桜も楽しみました。満開の桜に皆さん大満足でした。私も、桜と青空のコラボレーションに感動しました。来年も再来年も、皆さまと何度でも一緒にいたいものです。(国井)

ふれあい活動報告

萩谷友美職員のご紹介



宮前ふれあいの家から異動になりました萩谷友美です。昨年的一年間は育児休暇をいただいております。今月から高円寺ふれあいの家で復帰になります。時間をかけながら、ゆっくり覚えていこうと思っておりますので、どうぞよろしくお願いいたします。

脚もき 臨床美術講座 フォトギャラリー



「新玉ねぎの量感画」春野菜の新玉ねぎの味、香り、繊細な色彩の感動を量感画の手法で表現しました。

高円寺北ふれあいの家ホームページ

高円寺北ふれあい通信配信中!

毎月発行しておりますこちらの「高円寺北ふれあい通信」をホームページにて配信中です♪過去の記事もお読みいただけます!また、日々の活動報告、お知らせ等様々な内容で随時更新しております!気になる方は

携帯からの読み取りはコチラ!

<http://kouenji.foryou.or.jp/work.php?id=w025>



島所長の こうえんじ 好縁地 四方山話 22話

3月の後半は恒例の新井薬師への花見に行ってきました、新井の交差点から哲学堂に抜けるまでの桜のトンネルも見事でした。また来年も皆さんと行きたいと思います。

念願の入浴設備(シャワー浴)を導入いたしました。本格稼働は5月からを予定しております。5月も外出を企画しております、おいしいご飯を食べて散策をする。詳細決まりましたらご案内いたしますので楽しみにしてください。

今年度も沢山の楽しいプログラム(認知症予防)や機能訓練を兼ねた外出を皆様と一緒に職員も楽しんでいきたいと思っておりますのでよろしくお願い致します。

島 昌幸

編集後記

春だからでしょうか。毎日毎日、眠くてたまらない日々が続きました。毎日眠くてつらかったです。なにしろ何十時間寝ても、まだまだ寝たい。そして実際、いくらでも眠れるのです。

しかしこのごろは、不思議なことに眠気に襲われることがなくなり、自然に起きられるようになり、何よりもただただ何時間も寝たいという欲求もなくなり、辛い眠気から解放されました。

体調というのは、よくわかりません。まったく無理をしたという意識はないのですが、ひょっとしたら無理をしていたのかもしれない。睡眠負債という言葉もあります。睡眠不足は貯蓄され、恐ろしいことに、いつか清算される日がくるそうです。睡眠やお休みは日ごろから、十分にとるべきかと思えます。

鹿子木 章