



花だより

軽費老人ホームA型
花の人の家

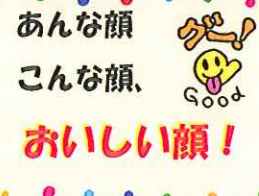
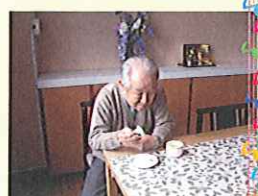
「花だより」45号
平成23年5月発行



明見院の枝垂れ桜を見てきました。お天気にも恵まれて、春を目一杯感じた時間を過ごせました。



保育園の鯉のぼり



あんな顔
こんな顔、
おいしい顔！

★ ★ ★ ★ ★

4月・5月生まれの皆様 お誕生日おめでとうございます

★ ★ ★ ★ ★

椎名 義男様 昭和 3年4月13日 遠藤 福子様 大正15年4月23日 斉藤季代子様 大正14年5月28日		山口 英男様 昭和 8年4月22日 小林 リセ様 昭和 5年5月20日
--	--	--

看護師だより

花の人の家では、毎年4月に体力測定を行なっています。その中の1つに「握力測定」がありました。握力は、全身の筋力の程度を知る指標とされています。今年の結果は、昨年と比べてどうだったでしょうか。

筋肉量の減少や筋力の低下は、20～30歳から徐々に始まり、高齢になるとそれがいっそう著しくなります。老化にともなう筋肉の萎縮は、活動量の減少が筋肉の低下を招き、そして、筋力の低下が活動量をさらに減少させる悪循環となり、ますますすんでしまうことになります。筋肉は、使わないとどんどん弱くなってしまいます。

高齢者の転倒発生には、多くの要因がありますが、筋力の衰えはその一因にもなります。転倒予防のためには、特に下肢の筋力を維持するような運動をするのが良いでしょう。

また、日々の生活活動を活発に行なうこと、運動やウォーキングなどを継続して行うことは、筋力の自己管理につながります。花の人の家の方は、散歩を日課にされている方が多くいらっしゃいます。今後も続けていただき、健康的に過ごしていただきたいと思います。

天地を照らす 日月弥生月 地さえ裂けたり 花もうすらぐ (堀越 カヨ作)

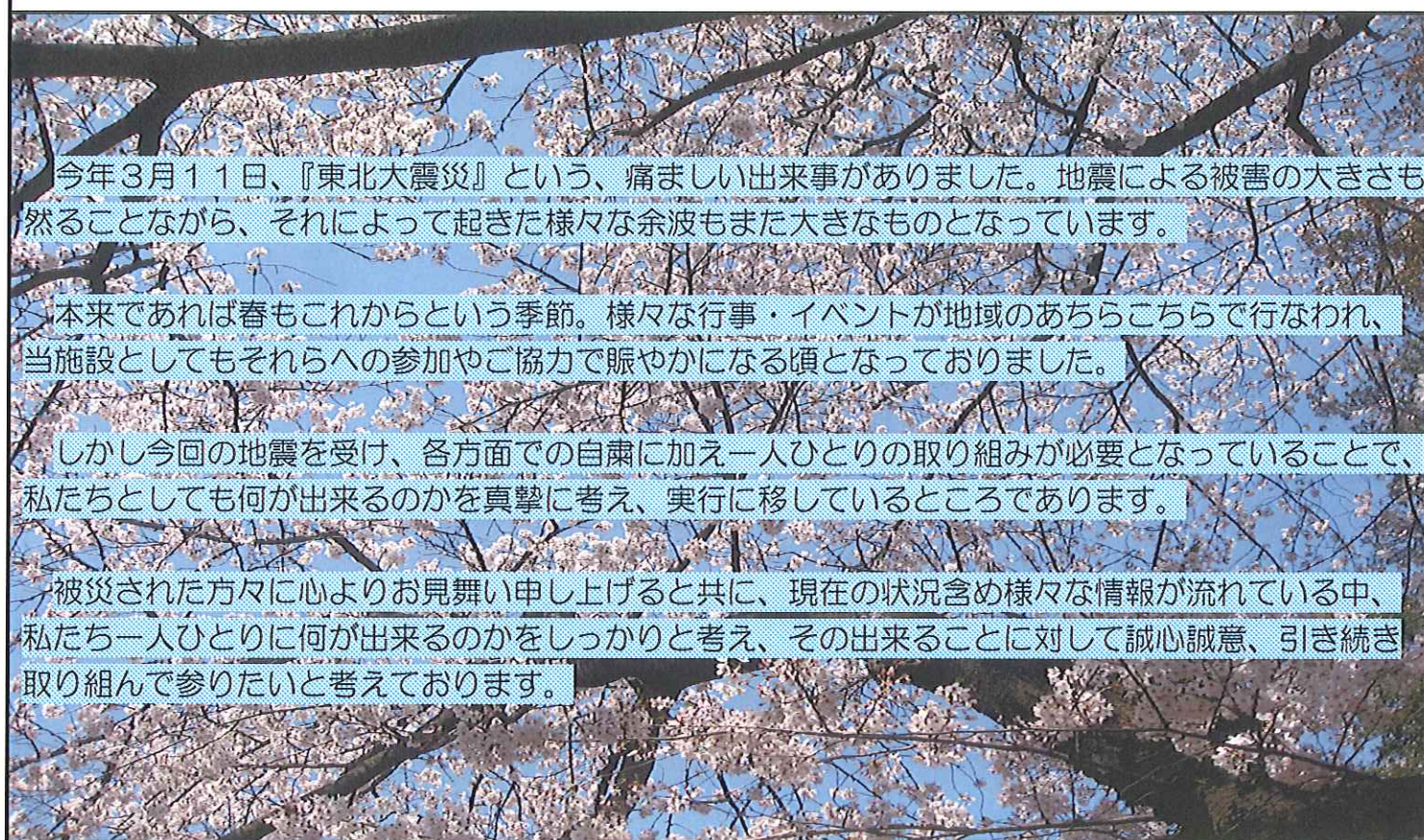
季節なり 櫻終わりに 次々と 咲きほころびに 色かに香る (星 すみれ作)

川越で 一二の施設 花の家 (菊池 ヨシ作)

風に乗る 雄々しく猛る 鯉のぼり 復興の灯を その眼に宿し (詠人知らず)

軽費老人ホームA型「花の人の家」 「花だより」編集委員会	編集後記
〒350-1151 埼玉県川越市今福1641 TEL 049(245)1415 FAX 049(241)1283 社会福祉法人 育美会 花の人の家 e-Mail info@ikumikai.or.jp 社会福祉法人育美会 HP更新中！ URL www.ikumikai.jp	すっかり春です・・・。 いつの間にか咲き誇っていた桜も散り、あちらこちらで緑が力強く芽吹いています。 花の人の家は、畑に囲まれたのどかな環境ですので、この季節吹き荒れる春の風に、皆さん日課のお散歩が足止めを食らうこともしばしば。 それでも一雨ごとに暖かく、確実に季節は移り変わっています。時に脅威となる自然の力ですが、なくてはならないその力を恵みに、日本中が早く元気になります様にと願わずにはられません。前を向いて歩いて行きましょう！（担当：小峯）

地域のちから



今年3月11日、『東北大震災』という、痛ましい出来事がありました。地震による被害の大きさも然ることながら、それによって起きた様々な余波もまた大きなものとなっています。

本来であれば春もこれからという季節。様々な行事・イベントが地域のあちらこちらで行なわれ、当施設としてもそれらへの参加やご協力で賑やかになる頃となっていました。

しかし今回の地震を受け、各方面での自粛に加え一人ひとりの取り組みが必要となっていることで、私たちとしても何が出来るのかを真摯に考え、実行に移しているところであります。

被災された方々に心よりお見舞い申し上げますと共に、現在の状況含め様々な情報が流れている中、私たち一人ひとりに何が出来るのかをしっかりと考え、その出来ることに対して誠心誠意、引き続き取り組んで参りたいと考えております。

花の人の家 年間行事予定♪

5月13日 春の野外食	11月 2日 焼き芋会
6月25日 ハワイアンバンド来園	12月 2日 お餅つき大会
7月 7日 七夕集会・七夕特別食	12月22日 クリスマス会&ディナー
8月27日 納涼祭	1月 10日 新春かくし芸大会
9月 9日 敬老会	1月 13日 新年会
10月1日 運動会	2月 3日 節分豆まき
10月14日 秋の野外食	3月 2日 ひなまつり会

遅ればせながら、本年度の行事予定をお知らせします。

今年も色々な行事が目白押しです♪ 是非、御参加下さい！

押花教室

押花教室では沢山の作品を作っています。今回は押花を使ったハガキ作りです。

作ったハガキ（入居者の皆さんが書いた応援メッセージ入り）は、教えていただいている先生の恩師、杉野宣雄先生から芸能人の清水国明さんを通し、震災された子供達に届けられます。



先生から作り方を教えて頂きます



ハガキに使用するお花を選びます



自由にお花をデザインし、のりをつけます



個性あふれる、素敵なハガキが出来ました



民謡教室



民謡教室では 多田隆章次 先生 のご指導のもと、これまで五十曲目以上の民謡を学んで参りました。その中からメンバーそれぞれ自身に合った唄を見つけ、楽しみながらも一生懸命に取り組んでいます。また年に一度の発表会にも参加させて頂き、それに向けた練習も、生活のハリのひとつとなっています。



大正琴教室



先生のお手本に先導され、頑張っについて行きます。楽譜を目で追い、キーを指で追い、大忙しのメンバーさん達。1, 2, 3, 4...皆さん、必死で真剣な表情です。

大正琴の楽譜は、数字で書かれています。同じ数字が書かれたキーを押すと音楽になるのですが、やってみると結構大変！指が駆け回ります。

先生、さすがにサマになっていますね。左手での演奏だけでなく、演奏する姿勢も大切です。正しい姿勢は、良い技術につながります。

練習熱心なメンバーさん達。先生が来園される月2回のお教室のほか、更に2回、自主練習を行っています。皆さん生き生きとされています。

