



ゆーあい通信 R7 / 4 月号

新年度となりました！寒暖差が大きいですが、体調を崩さないように気を付けましょう！

～4月の予定～

7日(月) 利用者自治会
11日(金) お誕生会
12日(土) いちご狩り
16日(水) 体重測定

～4月のお誕生日～

18日(金) 石山 由美子 さん
22日(火) 荒川 和美 さん
25日(金) 高橋 未来 さん



～ 3月の活動報告 ～

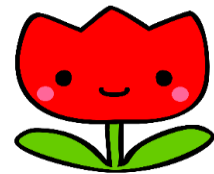
3月14日(金) お誕生日会



14日(金)
藤掛 秀行 さん

16日(日)
大浦 信人 さん

藤掛さんが還暦を迎えられました！これからもお元気で活躍ください！



3月17日(月) 入所式



柳崎 雷太 さんが入所されました！
これから、よろしくお願いします！



3月22日(土) お花見会

ザ・ヒロサワ・シティ ユメノバ に行ってきました！
午後は道の駅グランテラス筑西でお買い物☆



保護者会コーナー



【定期総会】 4月27日(土)

今年の保護者会定期総会は、昨年同様ゆーあい工房で行われます。本年度は、保護者の高齢化やバス代値上げ他、様々な事情により最後の一泊旅行になるのではという「親睦旅行」も含めて5つの事業を予定しております。この定期総会は保護者会の一年を決定する大切な事業です。年度初めということもありお忙しいとは存じますが、ぜひ全員参加でスタートを切りたいと思っておりますので、ご参加の程よろしくお願い申し上げます。

【ゆーあい工房まつり】 5月19日(日)

昨年はまだコロナの心配もあり、参加者の範囲を決めての工房まつりでしたが、今年はコロナ禍以前のようにオープンでの開催となります。保護者会では模擬店として「焼きそば・カレー・ジュース」を考えておりますが、あと一点できるかどうか役員会で検討中です。保護者の皆さんにも模擬店販売のボランティアだけではなく「参加者全員が楽しめる工房まつり」にしたいと思っております。そこで皆さんにお願いがあります。近所の方やお友達、職場の皆さんに「ゆーあい工房まつり」のことをぜひPRしていただきたいのです。参加者範囲指定が外れた6年ぶりの工房まつりです。もう一度「5月はゆーあい工房まつりがあるよね」と言って楽しみにしてもらえるように

ぷち情報

「貧乏ゆすり」ってご存知ですよ。昔は「もう貧乏ゆすりはみっともないからやめなさい」と言われていませんでしたか。江戸時代に貧乏で寒さに震える様子を表現したものらしいのですが、足を動かすとお金が無くなるとする迷信が由来だそうです。でも今では「健康ゆすり」「金持ちゆすり」等と言われていて、血液循環が良くなる、血栓を予防する、むくみが解消される、軟骨の生成が促されるなどの健康効果があるのだそうです。そしてなんと変形性関節症、股関節のリハビリにも取り入れられているそうです。それでは正しい貧乏ゆすりの方法です。1. 椅子に座って膝の角度が90度か90度以内にする。2. 足の裏をピッタリと床に着ける。3. つま先は床に着けたままか、かかとを床から2cmほど浮かせて、小刻みに上下させる。以上お試しください。

～ 新入職員の紹介 ～

ひなたの家開所に伴い、4名の職員が4月に入職します。どうぞ宜しくお願い致します。

生活支援員

高木 美恵子

世話人

大出 キミ江

小嶋 博子

星野 ふみ子

