



デイサービス通信 『なのはな』 創刊！



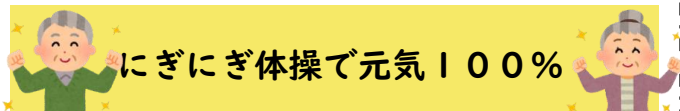
みなさん、こんにちは。デイサービスセンターなのはな苑ふくおか（以下 DSなのはな苑ふくおか）です。6月に入り、紫陽花がきれいな季節になりましたね。コロナ禍で外出レクもできない中、送迎車の窓から眺める四季折々の景色にご利用者様は自然と笑顔がこぼれています。梅雨の季節は憂鬱ですが、ご利用者様の笑顔が、私たちスタッフを明るい気持ちにさせてくれています。

他にも、足腰が痛くても前向きに機能訓練に取り組まれる姿や、スタッフへの「ありがとう」の言葉に、日々元気をいただいています。そんな日ごろの様子をご家族様にお伝えしたいと思い、この度、デイサービス通信「なのはな」を発行することになりました。ご家庭で見せる仕草や表情とはまた違う一面を、この通信を通じてお伝えしたいと思っています。

どうぞお楽しみに！



ディルームに紫陽花が咲きました。
ご利用者様とスタッフの作品です。



にぎにぎ体操で元気100%

「パーグーにぎにぎ、パーグーにぎにぎ」「い〜ち、に〜い、さ〜ん…」、DSなのはな苑ふくおか開所当時から20年以上も続いている「にぎにぎ体操」。この体操は通称「にぎにぎ棒」と呼ばれる棒を使い、それぞれの体力に合わせて行える健康増進のための体操です。このにぎにぎ棒、中身は何かご存じですか？実は、玄米が入っており、握った感じが手になじみとてもいい感触。この棒で、一つの体操が終わるたびに肩や腕、足、時には頭もトントントン…。この刺激がとっても気持ちがいいんです。にぎにぎ棒で頭や体を刺激、腕を伸ばしストレッチ…ご利用者様・スタッフにとって、リフレッシュできる体操となっています。さあ、今日もみんなで元気に「パーグーにぎにぎ、パーグーにぎにぎ」。



にぎにぎ体操の様子



スタッフお手製の
にぎにぎ棒



母の思い出エピソード



5月8日は母の日でしたね。DSなのはな苑ふくおかではレクリエーションの時間に、みなさんと「お母さんの思い出」を語り合いました。その一部をご紹介します。

- ・話好き。朝、私より早く起きていたので、母の寝まき姿を見たことがないです。
- ・行儀作法のことでよく叱られた。
- ・7人の子どもを育ててくれたことに感謝。
- ・朝早くから畑に出て働き者でした。
- ・やさしい母でした。私がお掃除をすると一緒にやってくださいました。そしてまんじゅうを買ってきてくれました。
- ・料理が好きな人で、とてもおいしかった思い出。
- ・お母さんが女手一つで4人の子を育ててくれた。

優しく、時には厳しいお母さんの思い出。皆さん、懐かしそうに話してくださいました。今自分がここにいるのも、お父さんとお母さんがいたから。改めて、生んでくれたことに感謝！ですね。

おとがき 無事、通信が発行できてほっとしています。次号は「父の日の思い出」を掲載予定です。昔のお父さんは、「地震・雷・火事・親父」と言ったように、厳しい、怖いお父さんが多かったのかなあ？まさに日本男児と言った感じででしょうか。どうぞお楽しみに。