

## あすか苑便り

第47

号

一足早い夏の風物詩、  
「手作り冷やし中華」は如何ですか？



発行元

地域と共に歩む福祉サービス

あすか苑 デイサービスセンター

長野県 上田市 前山397番地8

☎ 0268 (39) 2943

“**ごく当たり前**”、“**ごく普通の**”生活って何ですか？

私たちは、日々の生活を特によく考える事なく、“いつものスケジュール”あるいは“いつもの習慣”に従って、淡々と送っている事が多いかもしれません。「**自分の生活**」についてよく考えたり、見直してみたりする機会の方がなかなか無いかもしれません。

私たちは、**ごく当たり前**のように、“外出して買い物を楽しんだり”、“友人と喫茶を楽しんだり”していますが、自分の健康状態如何によっては、これらの事が**ごく普通**で無くなるのかもしれませんが、一人一人にとっての“ごく当たり前”あるいは“ごく普通”の生活のあり方について、生活当事者ご本人と共に、当苑は考えていきたいと思います。

## 活動状況 報告

6月は、梅雨に入り、雨が降り続けて外出もままならない日々が続きました。それならば、**お料理を楽しもう！**と、“**あすか苑 手作り料理クラブ**”を楽しみました。では、どうぞ！

注) 調理作業の為、マスクと手袋を着用されています。



“男子、厨房に入るべからず！”…いやいや、私たちだって、“**男の手料理**”できるんだ！



みんなで力を合わせて、お料理が完成しました！  
“**手作りおにぎり定食**”です!!!

# 2021年7月の主な行事予定

## 1 “前山 アジサイ見物” に出かけます！

7月に入ってもう少しで梅雨明けになりそうですね！そうすれば、前山のアジサイが咲き乱れます。コロナ禍の中ですが、感染防止策を行ない、前山の“名物アジサイ”鑑賞を楽しみたいと思います。

ステキなアジサイと、ステキな私…



写真は、昨年の“前山アジサイ小道”の情景写真です。

## 2 色彩豊かな季節感あふれる“作品作り”を楽しみましょう！

色彩豊かな季節感を味わう事は、人間にとってよい刺激になります。それは、外出だけに留まらず、“作品作り”もよい効果を生み出します。おしゃれな“芸術作品作り”を楽しみます。



写真は、夏の風物詩“ひまわり”をモチーフとした作品作りのご様子です

## ※ 機能訓練や体操、軽スポーツを行なっています。

当苑の看護師が機能訓練指導員として、ご利用者様お一人お一人の心身機能の状態を踏まえて、適切な機能訓練を室内にて行なっております。また、塩田病院様と連携し、ご利用者様お一人お一人に適切な機能訓練メニューを作成して、提供しています。



写真は、下肢機能訓練のご様子です。

さあ、*Lets, do your best in training!*

※ 行催事の開催予定は、後日、ご利用者様にご通知申し上げます。

※ 状況によって、開催予定及び内容変更等もございますので、ご了承下さい。