ふじ便り

本格的な「春」を迎える準備

「三寒四温」と言う言葉があります。「移動性高気圧」で3日から4日ごとに周期的に天気が変わる現象の事をさす言葉だそうです。近頃の天気は、温かくなったり寒くなったりと、おかしな天気が続いていますよね。早く天気も落ち着いて、三寒四温から「小春日和」に変わってほしいものです。そんな気候のなか、「ふじ」はひとあしはやく「春」が訪れています！笑顔で心の桜を咲かせ、会話で桜を咲かせ、手芸で桜を咲かせ・・・桜は、日本の象徴のような花。何故か、心踊りますよね！本格的な「春」はもうすぐそこです！

最高の笑顔で
お花見前に「桜の貼り絵」の
前でハイ・ポーズ！

一流の手芸品

「ふじ」ではよく手芸品を作りますが、この度写真に掲載させていただいているものは、ご利用者様がご自宅で作成し、持ってきていただいたものを紹介しています。写真ではなかなか確認出来ないかもしれませんが、これ実は「ちぎり絵」なんです！私は真似出来ません・・・他のご利用者様の作品も数々展示してあります。「油絵」「習字」「手芸品」「工作品」などなど、熟練の技が光る一流品ばかり！勿論、「ふじ」で作った作品も数々展示しています。我々も、もっと探求して、よりよい作品題材を提供したいと思います！

ご自身の作品を手に

展示会に出展する等、
数々の場面で
活躍されていらっしゃる
ご利用者様の力作です！

発行
㈱不二ビルサービス
デイサービスセンターふじ
広島市中区東白島町6-11
ホワイトハイツ1F
TEL 0120-37-2546
FAX 082-227-1767
http://www.fujicare.jp

今年も来てくれました！「基町高校書道部」

今年も、「基町高校書道部」の皆様が書道ボランティアとして「ふじ」に来てくれました！毎度ながら、ご利用者様にも大変好評で、普段筆を手に取られない方も、この日は高校生の皆様と一緒に書道を楽しまれるほどです。我々職員も見惚れるほどの腕前にいつも関心しています。書道を通じて、老若男女問わず会話が出来る事は、色々と刺激になり大変良いことですね！なんと今回も、お土産まで持って来ていただきました！高校生直筆の「色紙」。プロが書いたようなものばかりでまた関心！また是非遊びに来てくださいね！

一緒に書道を楽しまれるご利用者様

次号は平成２１年４月末の発行予定です

今日も元気に筋力トレーニング

レッグプレスという運動機器

「ふじ」には、筋力トレーニング専用の器械があるのは以前にもお伝えしていると思いますが、その中で今回は「レッグプレス」というトレーニング機器を紹介します。主に、**下肢筋力（下半身、脚）の筋力の維持・強化**を目的とした運動機器です。「歩く」「座る」「立つ」など、下半身は毎日よく動かしますよね。筋力の維持は非常に大切な事です。「**足は第二の心臓**」という言葉をよく耳にしますが、それほどまでに昔から重要視されている事なのでしょうね。無理なく、継続して運動する事がなによりも大切です！皆様も是非おためしください。

高齢者専用賃貸住宅
Next View ネクストビュー ふじ川内

「安心」・「安全」・「快適」な新生活をスタート。
高齢者専用賃貸住宅　『ネクストビュー　ふじ川内』
平成20年4月OPEN！　随時見学受付中!

広島市安佐南区川内１丁目15-11
お問い合わせ：082-831-2200

編集後記

日増しに春らしくなってまいりました。
日の光、雲のようすには春らしさが感じられ、
心までうきたつ思いがいたします。
学校では新入生、社会では新社会人、という若い芽が
生まれますね。
我々もまた初心に帰り、四月を迎えて頑張りたいと思います。

編集・写真　立川

お花を作ってみました。

「ふじ」で人気の**手芸**の中で、2～3月は**お花**を作る事が多かったような気がします。無意識の内に提案する職員の心の中にも、「**花**」が咲き初めているのでしょうか。**手芸**とは言え、色どりを考え作成すれば立派に咲きます。今も昔も、色あせることなく咲く**花**はいろんな意味で励みになります。街中に咲く**花**に負けない美しさが表現されています！たまにはいいものですね。

デイサービスセンター
ふじ

「また、来てみたい」
そんなひと時に心を込めて・・・

デイサービスセンターふじでは、
一日無料体験を実施しています。
そのままの「あなた」でお越し下さい。
楽しい仲間と自分らしく過ごせる
場所が待っています。
一日無料体験
入浴・昼食代　無料
アイスクリーム１つを無料
送迎付きです。
〔アイスクリームは、
通常１００円で販売しています。〕

株式会社　不二ビルサービス
デイサービスセンター　ふじ
広島市中区東白島町6-11ホワイトハイツ1F
TEL　0120-372-546
FAX　082-227-1767