

ふじ維新 11

H23.11 デイサービスセンターふじ防府 広報誌

ふじ維新 (No.39)

発行/デイサービスセンターふじ防府

〒747-0045 山口県防府市高倉1-14-1

TEL 0835-38-3166

ホームページ <http://www.fujicare.jp/>



笑いが一番!!

笑いヨガで、心身ともにスッキリ元気!



【写真上】10/26(水)、わいわい山口ラフタークラブの平山先生に、笑いヨガを習いました。

【写真下段左】10/27(木)、さつき演芸様が来所されました。

【写真下段中央】10/10(月)、運動会を開催しました。

『ふじ』では、見学と無料体験を随時受け付けております。お気軽にご連絡ください。

担当 坪郷

TEL 0120-128-306

11



月の予定

3日(木) - 文化の日	文化の日 職員対抗ゲーム
7日(月)~12日(土)	文化祭 週間
14日(月)~19日(土)	曜日対抗選手権
22日(火)	松田正純様 フォークコンサート
23日(水) - 勤労感謝の日	勤労感謝 ビンゴ大会

※ 日にちは未定ですが、あじさいの会様と琴楽会様が来所予定です。
 ※ 手芸ですが、帽子の小物やケース入れ作り、どんぐりやひもを使った手芸を企画中です。
 ※ 行事予定は、都合により変更されることがございます。ご了承下さい。

く き り と り 線

11月 脳リハトレーニング

(おなまえ)

Q1. 下の写真のスタッフの名前を、フルネームで答えましょう。



(スタッフ名)

Q2. 下の漢字の読み仮名を()に書きましょう。

- ① 家鴨 ()
 ② 判官最辰 ()

10月 脳リハトレーニング 解答

Q1. 光(日光、紫外線も可) Q2. ①あくび ②うごめく

※ 今回の全問正解者は10名でした。全問正解者には、記念ステッカーを差し上げます。解答の応募方法は、解答用紙を切り取り、解答を記入した後に、スタッフに提出して下さい。たくさんのご応募をお待ちしています。

ふじ広場

ふじ広場は、ご利用者様と作るコーナーです。

※ 写真上はふじの木(紅葉)、右下が様の色エンピツ画、左下がT女様の水きり絵です。



ふじ短歌

ここかしこキンモクセイの香りたち
深呼吸しつっしばしたたずむ

健次様

幼き日あさり掘りたる川尻も
農地となりてコシヒカリうれる

みつえ様

遠山を見上げし山の裾野より
色変わり行き冬近くなる

栗飯を貰い食せし美味なるに
我まねしてたく栗ごほん

A子様

【寄稿】

八十一才の手習い

H江様

『ケイタイ』を軽蔑し、『パソコン』などもつてのほかの私が、すすめられて、八十一才で『パソコン』に挑戦しようかと思うようになった。戦時中の義務教育しか受けていない私は、ローマ字も読めないし、あきらめようと思ったが、カナが付いているから大丈夫と回りからも励まされ、今、胸ドキドキで毎日を送っている。でも、挑戦するからには、食欲に参考になるものを脳の中につめこんで、とりあえず年賀状に『謹賀新年』と打ち込んでみたい。

多分来年も何人かの友人から、水茎の跡も美しい年賀状が来るだろう。私から『パソコン』で謹賀新年と届いたら、きつと驚くだろう。そして笑うだろう。

「ブルータス、お前もか・・・」と。

健康一口メモ

秋ナスが盛りとなつています。ナスは食物としてだけではなく、民間療法の薬としても活用されています。

【効能】

- ① 熱さまし
- ② 血液の流れを良くする
- ③ 鎮痛作用・利尿作用・炎症を抑える

◎薬用としてのナスの粉末の作り方

- ① ナスを皮を向かずに3ミリメートルの薄切りにして水につける
- ② 水気をふき取り日干しする
- ③ ミキサーで粉末にする

(K様)



●『ホットパック サービス』導入のお知らせ

9月から、**ホットパックサービス**をはじめました。ホットパックは、熱伝導を利用した**温熱療法**です。痛みや緩和や、関節のこわばりを和らげたり、治癒を促進する働きがあるとされています。興味のある方は、看護師までお問い合わせください。



気持ち
良い子
ちゃん♪

おねがい

・『ふじ』では、飲食物の持ち込み、ご利用者間の物品のやり取りを禁止しております。特に食品については、食中毒やノロウィルスの感染など、衛生上に問題になる場合がございますのでご遠慮ください。

・『ふじ維新』では、皆様の作品を募集しております。短歌、川柳、絵画、手芸品、何でもかまいません。もし、新聞に掲載しても良い作品があれば、宮内か景山までご連絡ください。