



また、ふじ周南の玄関を入ったところに数人のご利用者様と一緒に飾り付けしたひな人形が置いてあります。そのひな人形なのですが、「結婚式」を表しているそうです。お内裏様におひな様がお嫁入りしている様子を表しているとのこと。結婚してあんな風に豪華に祝ってもらえると嬉しいですね☆

♪ あかりをつけましょ  
ぼんぼりに  
お花をあげましょ  
桃の花  
五人ばやしの  
笛太鼓  
今日はたのしい  
ひな祭り ♪

## ひなまつり

皆さんは子供の頃、ひなまつりにはどのように過ごされていましたか？ひなまつりについて口ずさんでしまうのはこの歌だと思います。



ひなあられつまみゲーム



雛人形の飾り付けしてま〜す♪



ひなあられをつまんで移動させます。あれれ〜、焦るから余計つまめん〜!!



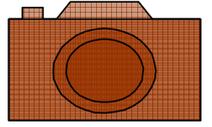
ふじ周南の  
四人官女で〜す♪

菱餅積み上げゲーム



菱形に見立てた箱などを、倒れないように積み上げていきます。グラグラしてます…慎重に慎重に。





## 音楽療法



うさぎ追いし かの山  
小ぶな釣りし かの川〜♪



## 3B体操



## 習字教室



## 紙芝居

『おだんご  
ころころ』  
むかし、むかし、  
あるところに…

### 食事量(質)の低下

口腔機能の低下  
活動量の低下  
体力・気力の低下  
体調不良による食欲不振

エネルギーや  
たんぱく質の不足

### 悪循環

体力・気力の低下  
免疫力の低下・筋力の低下  
疾病が悪化する、骨折しやすくなる

重症化し、介護度が進展する  
寝たきりや認知症になりやすくなる

毎日3食を、バランス良く食べるよう  
心掛けましょう！

## 低栄養予防は介護予防



このふじ維新でメッセージを書き始め、もうすぐ1年が経ちます。まだ人生経験も浅い私ですので、上手なことは言えませんが、今月よりタイトルを変えて、愛ちゃんが精一杯の愛を込めて花束のような素敵なメッセージをお届けできればと思います。

3月9日は「ありがとうの日」ですが、やはり「ありがとう」は素敵な言葉です！このように毎月文章を書かせていただいていることも、一つの経験となり、大変ありがたく感じています。先日起きた東日本大震災ですが、ものすごい被害でした。テレビを見ていたのも辛くなるくらいで、早く復旧できるような祈るばかりです。改めて、美味しいご飯が食べられること、家で暮らせること、皆様に会えることなど、とても幸せなことだと感じています。いつ何が起きるか分からない。人生色々なことがありますが、生きていられるって素晴らしい。毎日をもっと大切に過ごしていきたいと思いました。

三上 愛

## 愛を込めて花束を



平成23年3月15日発行

- 発行/ デイサービスセンターふじ周南
- 〒745-0025 周南市築港町12-1  
スカイマンション1階
- TEL/(0834)27-2211 FAX/(0834)32-2551  
フリーダイヤル/0120-128-307

■ホームページ ふじ周南 で 検索

- 営業日… 月曜日～土曜日  
(日曜、年末年始は休み)
- 営業時間…8:30～17:30
- サービス提供時間…9:30～16:00

※ふじ維新に掲載されている個人情報に関する記載については、あらかじめ利用目的を明示した上で、ご本人またはご家族から同意をいただいております。