



愛のたより

No.131 平成 30 年 3 月 16 日 発行号
 社会福祉法人 和枝福祉会「愛」 〒226-0021 横浜市緑区北八潮町 1777-6
 TEL045-931-9595 fax045-931-9682
 メールアドレス kazu-ai@vega.ocn.ne.jp
 ホームページアドレス <http://www.kazuefukushikai.jp>



ねんど お年度の終わりに



今年度も、あとわずかとなりました。1年を振り返ると、あっという間に過ぎてしまったように感じます。昨年度、愛のフェスティバル当日に生まれた娘も1歳となり、何にでも興味を持ち、好き嫌いははっきりしてきました。みどり園芸で栽培しているほうれん草は大好きで、食卓にのぼる度に一番に頬張る姿がよく見られています。一方、息子は3歳となり、何事にも好奇心をもち、一人前に反抗する態度をとるようになりました。そんな息子も4月から幼稚園に入園します。新しい世界へ飛び込む息子に負けぬよう私も健康第一で、日々精進していきます。

健康といえば、愛ではこれまでも利用者の皆さんには、日々生産活動を中心に提供して参りました。今年度は、更に利用者の皆さんの健康というところに着目して、「リフレッシュ体操クラブ」と名付けて、毎月1回、専門の講師をお呼びして、柔軟性の向上や血行改善、骨粗しょう症予防を目的とした運動を行なっております。利用者の皆さんも毎回笑顔で参加され、健康への意識も高められているようです。

来年度、愛は30周年を迎えます。記念となる年をどのように皆さんと過ごすか、今から考えております。まずは、利用者の皆さんが「愛」で健康に楽しく過ごせるよう、引き続き職員一同頑張っていきますので、よろしくお願ひします。

皆さん1年間、お疲れさまでした。

(主任・井山 智文)



リフレッシュ体操クラブ



みなさんの健康、体力づくりの為に、今年度から取り組みを開始したのが、この「リフレッシュ体操クラブ」です。名称は、参加利用者みなさんと相談して決めました！現在は、講師に藪幸美先生（健康運動実践者、ボディデザイナー）をお招きし、月に1度（第4金曜日）に活動しています。手、腕、脚の基礎的な運動や音楽を用いた体操等を行ない、毎回、楽しく笑顔の絶えない時間を過ごしています！！ちなみに、みなさんから体操につかう音楽でリクエスト頂く曲、第1位は「きよしのズンドコ節」です★

かつどう

～こんな活動もしています♪～

各作業班でも、みなさんの健康づくりやリフレッシュを目的とし、運動を活動に取り入れています！
現在、あおば班と食品班では週に1度、室内での軽運動を実施しています。主に、音楽を流しながら曲
に合わせてウォーキングやジョギングを行なっています♪AKB48や風の曲が流れると、みなさん歌
ったり踊ったり全身で活動を楽しむ姿が見られます！

みどり園芸班では、女性陣でバレンタインデーのお菓子作りをしました！チョコドーナツを、男性陣の
ために心を込めて手作りし、楽しいお茶会を開催しました。ホワイトデーには、男性陣が手作りお菓子の
お返しをするのが、園芸班の恒例行事です！仕事もレクリエーションも全力で取り組んでいます♪



はる げんていしょうひん しょうかい 春の限定商品のご紹介



各作業班より、春(3・4月)限定の商品を販売しましたので、ご紹介
させていただきます。どの商品もおすすめですので、是非お試し下さい。



さくらメロンパン
150円えん

大人気のメロンパンに、
桜の塩漬けを混ぜ、サク
サクの生地がとってもお
いしいです。

さくらクッキー
160円えん

さくらの風味が口いっぱい
に広がり、桜の葉が季節を
感じさせてくれます。

さくらあんパン
130円えん

白あんに桜の塩漬けを
混ぜ込んだ甘じょっぱい
あんパンです。

さくらマドレーヌ
100円えん

さくらの香りとバター
の風味豊かなマドレー
ヌです。

編集後記：梅が咲き始め、桜が待ち遠しいですね。花粉症の特効薬が見つかりますように。 田後