

# さくらの里だより 第6号

白寿荘小規模多機能ホーム

さくらの里

連花寺 382 番地 ☎53 - 8677

## 地域との交流

毎年7月7日にそば工房あべいの皆さんに来ていただき、美味しいおそばをごちそうになります。一緒に体操をしたり、江州音頭を聞かせていただいたりと交流を深めることができました。



7月21日 昨年度、今年度の運営推進会議に来ていただいている皆さんとバーベキューを楽しみました。たくさんのお野菜をいただきありがとうございました。みんなでわいわい言いながらおいしくいただき、楽しい時間を過ごすことができました。



毎月第4土曜日に“スマイルひの”の皆さんに来ていただき、認知症予防ゲームを行っています。体操やゲームをすることで、楽しみながら体や心を動かすことができます。普段から体操やゲームに取り組んでいますが、いつもより大勢なのでより楽しく、笑い声も元気いっぱいです。



いつもみなさんありがとうございます。  
いろいろな方たちとの交流があり、さくらの里もますます活気あふれる楽しい場となっています。これからもいろいろな方に遊びに来ていただきたいと思います。



# いくつになってもいきいきと！！

いくつになっても元気ではつらつと暮らしていきたいという気持ちはだれもが持っていると思います。心もからだも健やかに、物忘れもしないように体や頭を使いましょう！



← 『ばらばらになったパーツを組み合わせて4つの漢字をつくりましょう』

これは脳トレの一つです。脳の細胞は20歳頃から減り始めると言われています。脳の衰えを予防するために脳トレをして脳を鍛えましょう！答えがわからなくても、答えを知ったときに感じる「あっ！そういうこと！」というひらめきが脳細胞を活性化させるそうです。脳を元気にするために考えることはとても大切です

**お知らせです！！**



今年度、新しく職員が増えました。根本房子さんです。チャレンジ精神旺盛でいつも元気です。どうぞよろしくお願ひします。

今年の夏は雨が多く、とても暑くて毎日汗だくでした。さくらの里ご利用の皆さんは体調を崩されることもなくお元気です。涼しくなってから夏の疲れが出ることもあるので体調に気をつけながら、行事のたくさんある秋と一緒に楽しみたいと思います。

## 介護のことなら何でもおまかせください！

どんなことでもお気軽にご相談ください。見学・体験などいつでもお越しいただけます。

**まずはお電話ください。**

白寿荘小規模多機能ホーム さくらの里

日野町蓮花寺 382 ☎53 - 8677

担当：岩井

