

グリーンルーム 通信

令和6年1月号



日	月	火	水	木	金	土
	1/1 元旦 お休みです 	2 お休みです	3 お休みです	4 社会 かたか・手芸 書道 (自習)	5 パラティ (風船バレー) かたか・手芸 書道 (自習)	6 体育 理美容 かたか・手芸 書道 (自習)
7 	8 国語 理美容 かたか・手芸 書道 (自習)	9 パラティ 理美容 かたか・手芸 絵手紙	10 音楽 季節風呂 理美容 かたか・手芸 書道 (自習)	11 体育 季節風呂 かたか・手芸 絵手紙	12 社会 理美容 かたか・手芸 書道 (自習)	13 算数 かたか・手芸 書道 (自習)
14 	15 社会 どんと焼き かたか・手芸 書道 (自習)	16 体育 かたか・手芸 書道 (自習)	17 算数 かたか・手芸 書道 (自習)	18 国語 かたか・手芸 書道 (自習)	19 音楽 かたか・手芸 書道 (自習)	20 パラティ (ホーリング) かたか・手芸 絵手紙
21 	22 算数 誕生日会 かたか・手芸 書道 (自習)	23 国語 かたか・手芸 絵手紙	24 体育 かたか・手芸 書道 (自習)	25 パラティ (テーブル卓球) かたか・手芸 絵手紙	26 国語 かたか・手芸 書道 (自習)	27 社会 かたか・手芸 書道 (自習)
28 	29 音楽 かたか・手芸 書道 (自習)	30 算数 かたか・手芸 書道 (自習)	31 国語 かたか・手芸 書道 (自習)			

令和5年12月(師走)に思う事

新幹線に乗っていると、電車の中の自分やお客さんの風景はそんなに変わっていないのに、駅に降りたら、全然違う風景になっている。当たり前のことですが、月日が過ぎることも同じような気がします。いつもと変りない日々を過ごしているようでも、今年を振り返るといろいろな事が起こり、1年前とは違う風景になっている。

温暖化、戦争、貧困、人手不足、国の借金、数えきれないほどの問題、2024年の今頃も今とは全く違う風景になっているのではないのでしょうか。

様々な技術革新、デジタル化の推進などで問題を解決しようとしています、とても解決できるとは思えません。もちろんやった方がいいのだけれど・・・。

AIが未来をかえると言われていますが、やはり人間社会は人間同士でしか解決できない。人間同士の優しさや思いやりでしか解決できない。

人々が争いをやめ、世界中の人々の優しさや思いやりの力に気づき、皆が笑顔で過ごせるために力を合わせる。それが唯一無二の解決策だと。

そんなことを考えた2023年12月でした。子どもたち、利用者の皆さまそして職員皆が優しさに包まれるよう一生懸命熱い思いを胸に頑張って参ります。

2024年もよろしくお願ひ申し上げます。

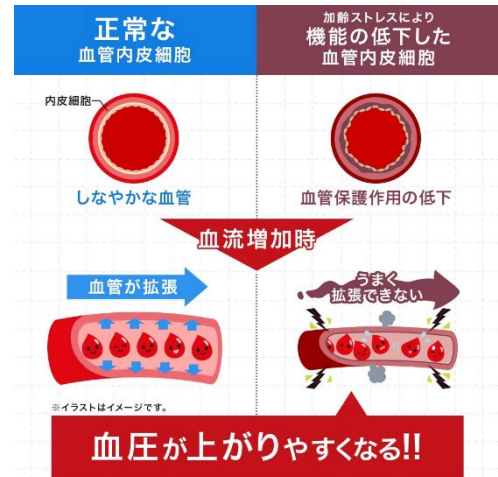
12月吉日 施設長 佐藤 春俊



しなやかな血管を保ちましょう

いつまでも健康で若々しくいたい、年齢を重ねてもはつらつとした毎日が過ごせるように血管を若く保つ秘訣を知りましょう。

- ① 血管老化は加齢の他にも脂質異常、高血糖、高血圧が影響します。甘いおやつ・パン等糖質の高いものを摂りすぎない
- ② 禁煙・ストレスをためないようにする事も大切です。
- ③ 適度な運動で若々しい血管を作りましょう。体が硬い人は血管も硬いと言われていて、ストレッチをして体を柔らかく保つと血管もしなやかになります。



日中のご様子いろいろ



誕生日会



囲碁



保育園児からのプレゼント

フロア内では機能訓練を受けられたり、皆様ご自由に過ごされています。併設の保育園の子供たちとの交流も復活してきております。就学前の子供たちに癒されます。