

囲炉裏庵たかもり



だより



2017年2月1日(水)発行
 宮城県高齢者生活協同組合
 囲炉裏庵たかもり
 〒981-3203
 仙台市泉区高森3-4-131
 電話 022-341-9583 FAX022-341-9584

早いものでもう2月、暦の上では春ですね。
 まだまだ寒さが残る毎日ですが、囲炉裏庵にお越しの
 皆さまは、風邪を引くことなく元気にお過ごしで、会
 話も弾み、毎日熱気を帯びております。

地域の皆さんは、新しい年を迎え色々とチャレンジ
 したいと思っていることがありますか？

囲炉裏庵では、皆さんが喜んで生活していけますよ
 う、ニーズに合わせた新しいプログラムを考えサポー
 トしてまいります。

是非見学に来て下さい。お待ちしております。

【デイサービス】定員15名

☆空き状況

月	火	水	木	金	土
○	○	○	○	○	○

☆時間 9:30~16:40

☆1日体験も随時受け付けしております。

☆2月の行事予定: 節分、チョコ作り、お雛
 様飾り、3月のカレンダー、お雛様作り等



書初め

お正月飾りで
お出迎え



富士山より
も大きい西
で~す



折り紙で破魔矢を作りました。



ご近所の方や中学生にご協力いただき
 ながら、生活支援のお手伝いを行っており
 ます。困っていることなどご相談下さい。
 ☆介護相談 ☆買い物・掃除・ゴミ捨て
 ☆通院、入退院の付き添いなど

西部地域福祉事業所 企画報告

☺ 第14回 高森地域懇談
 「鍋を囲んで新年会」1月29日(日)

13名の参加をいただき、初めに新年の抱負をそれ
 ぞれに語り合いました。その後、簡単な体操で身
 体をほぐし、ゲーム(魚釣り、トンチカルタ、大根
 の皮むき)で大いに盛り上がりました。ランチは薄
 切り大根一杯の水炊き鍋。体も温まったところで、
 カラオケも飛び出し、自慢ののどを披露いただき
 賑やかで楽しい時間を過ごしました。

次回は2月26日(日)です。みなさまどうぞ参加
 下さい。



最後まで読み札を
聞かないと取れな
かった~(>_<)

1月の活動



新春、お茶を楽しむ会



小正月の団子飾り



2月のカレンダー用塗り絵



マフラーを編みました



小羊園の子供達にプレゼント



民謡を歌う、まず発声から



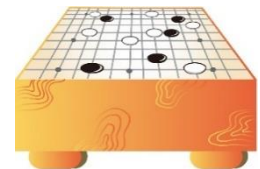
今年の願い事を絵馬に書きました

**一緒に麻雀・囲碁(新規)を
楽しんでいただける方を募集中です!**

希望曜日: 火曜日か木曜日

時 間: 10時30分~11時30分

参加いただける方は事前にご連絡ください。



高齢者の心筋梗塞

心筋梗塞はなぜ冬に多いの？

寒くなると身体は血管を収縮させ、体温を逃がさないように調整します。血管が収縮した状態が長く続くと流れが悪くなり、血圧が上がり心臓に負担がかかり、狭心症、心筋梗塞が起こりやすくなります。

対策：トイレや風呂場を暖かくしてヒートショックを防ぐ。寒い所に出かける時は、身体を冷やさないようにコートやマフラーで防寒する。朝、布団から出る前に部屋を暖める。

*冬はトイレに行くのがおっくうになり、水分を控えがちですが、動脈硬化を防ぐには水分を充分とることが大切です。

☆いろいろ知恵袋☆



小正月の団子飾りについて

正月から忙しく過ごしてきた女性が、一休みできるというところから、小正月は「女正月」とも呼ばれているそうです。団子飾りは、豊作の秋を迎えることができるように、祈りを込めて「餅花」を飾ったそうです。飾る木は「水木」芽の部分は苦みがあるので取るそうです。また、団子が差しやすくなるそうですよ。稲刈りが早くなるように、20日の朝早く降ろすそうです。