

# ひまわり通信

令和元年 6月号

☆6月のグルメデー☆

「揚げたて天ぷら」

日	月	火	水	木	金	土
						1日 フランボ トランプ 体操
2日 休み	3日 詩吟・将棋 ゲーム	4日 トランプ ゲーム	5日 手芸クラブ カラオケ	6日 トランプ・将棋 体操	7日 書道教室 ゲーム	8日 トランプ ゲーム
9日 休み	10日 詩吟・将棋 体操 グルメデー	11日 トランプ 体操	12日 手芸クラブ ゲーム	13日 トランプ・将棋 ゲーム	14日 書道教室 カラオケ	15日 トランプ 体操
16日 休み	17日 詩吟・将棋 カラオケ	18日 トランプ ゲーム	19日 料理クラブ 体操	20日 トランプ・将棋 体操	21日 書道教室 ゲーム	22日 トランプ カラオケ
23日/30日 休み	24日 フランボ 詩吟・将棋 体操	25日 トランプ 体操	26日 手芸クラブ ゲーム	27日 トランプ・将棋 カラオケ	28日 書道教室 体操	29日 トランプ 体操

## 曜日ごとの活動を紹介します

デイサービスセンターひまわりでは、曜日ごとに様々な活動を行っています。「昔、やっていた。」「挑戦してみたい！」など参加するきっかけはそれぞれですが、皆さんと一緒に活動することで交流を深め、意欲的な生活に繋がる一助になればと考えています。

今回は、現在ひまわりで行っている活動をご紹介していきます。

### 詩吟

月曜日 13:00~14:00

水真流・上師範の資格をお持ちのご利用者が中心となり、伴奏や選曲も含め自主的に活動されています。「松竹梅」「富士山」「宝船」・・・数多くの曲の中から、1回 1、2曲ずつ練習されています。声の強弱や息継ぎの仕方などはありますが、それよりもまずは『声を出すこと』を大切にされているそうです。

時折、おしゃべりや休憩をはさみながら活動されています。また、達成感を感じていただけるよう、年に2回程度デイサービス内で発表の場を設けています。

### ♪詩吟の活動に参加されているご利用者から♪

初心者の方も参加されています。気楽な気持ちで始めてみませんか？

興味のある方のご参加、お待ちしています！



### 書道

金曜日 午前中（講師の先生がお休みの日は休講です）

講師の先生が季節にちなんだ数種類のお手本を用意され、書いた作品にアドバイスをくださいます。先生から「いいですねえ。」「かっこいいですよ。」という言葉をかけられると笑顔になられ、何枚も挑戦しておられます。デイサービスで書くだけでは足りず、自宅で書いて来られるご利用者もいらっしゃる程です。

また、年に1回シルバー書道展に出展し、毎年数名の方が賞に選ばれています！

### ♪先生から♪

「時間割の中で習字が一番苦手だった。今更筆を持つなんて無理！」と思っておられませんか？半紙に一文字、二文字書いてみると、思いの他気持ちいいですよ。あなたの気持ちが文字に表れてきます。漢字をかっこよく書くコツをお教えします。お試しください。

### 将棋

月・木曜日 13:00~14:00



ご利用者同士で声をかけ合い、活動されています。

将棋は毎回、真剣勝負です！

トランプゲームは「一緒にやらない？」と誘い合うことで参加されるご利用者が増え、七並べやババ抜きを楽しんでおられます。

新メンバー、募集中です！！

### トランプ

火・木・土曜日 13:00~14:00



### 手芸・料理

手芸:第1・2・4水曜日

料理:第3水曜日

13:00~14:00

着物の布を使った巾着袋や花のブローチ・パッチワークケースなど、どれも本格的です！職員が提案した作品を、ご利用者同士で教え合ったり、作成する過程をご自身で工夫されたり、とても前向きに活動されています。サポートに入ったはずの職員が教えてもらう(!)こともあります。

料理は5月からスタートしました。菜園で採れた野菜を基本に、ご利用者と職員でメニューを考え調理しています。旬の野菜を使うことで季節を感じることができます。



今回ご紹介した活動は、ご利用者が主体となり職員はサポート役として関わっています。これからもご利用者の「やってみたい！」との積極的な思いを形にできるよう、援助していきたいと思います。各活動に興味を持たれた方は、お気軽に声をかけてくださいね！！

ふれあいセンター協同  
デイサービスセンターひまわり ふれあいセンター協同2階

安佐南区西原九丁目8-22

電話: 874-4085 FAX: 874-4093 管理者: 鬼塚

●写真の掲載につきましてはご利用者様・ご家族様の了解を頂いています。

昼食付無料体験利用実施中！！☆お気軽にお問合せください☆

