

昨年は暖冬で積雪のない冬を過ごしたそらいろのふるさとでしたが、今年は一転、極寒のお正月となりました。粉雪の舞う元旦。昨年12月の大雪以来、再び田んぼが一面雪の原となりました。



令和3年
だより
1月号

高齢期の元気な暮らしがテーマ

りょうぜん里山がっこうのみなさん8名が来所



そらいろデイの座敷で開催されたりょうぜん里山がっこうの「メダカの学校」フィールドワーク。要介護になってからも「いきいき生きる」をテーマに意見を交換しました。

りょうぜん里山がっこうの「めだかの学校」からこのほど8名の方がそらいろデイに訪問見学にやってきました。今回のテーマは「健康と長寿」です。人生100年時代と言われる中で、第二の人生を自分自身の気づきの中から発見し、実践するための講座が「メダカの学校」です。

8人のメンバーの方々は、築110年になる古民家デイの座敷や床の間をはじめ、生活リハビリを基本にしたトイレの手すりやヒノキのお風呂などを見学しました。



スタッフ手づくりの特製餃子や芋の甘辛みそ炒めなど心づくしのお弁当を召し上がっていただきました。

この後は、「介護」と「生き生き暮らし」をテーマに、NPO 法人代表でそらいろデイの管理者から民家を介護の場に改修した目的をはじめ、認知症や介護予防といった、当たり前のように使われている言葉の由来や認知症ケアの経験談などを通して、身体が思うように動かなくなってから生きる人生について学びました。

昼食を挟んで午後からは、「遊びリレーション」という高齢者向けのゲームに挑戦しました。団扇をつかった簡単なゲームです。はじめはあまり乗り気ではなかったメンバーたちも、いざゲームがスタートすると真剣な表情に一変。夢中になって一喜一憂。「里山がっこうでもゲームをとりいれたい」と笑顔で話していました。

この日の昼食は、手づくり餃子に芋の甘辛みそ炒め、五目おにぎり、そして豚汁。スタッフ心づくしのお弁当を召し上がっていただきました。

要介護でも生き活き暮らす
「介護」と「生活」でフィールドワーク

あめまして
おめでとうございます
そらいろデイ本格始動の年です
本年もどうぞよろしく
お願いいたします。

見学、体験受付中です お気軽にご相談ください

そらいろデイ 空き情報 (令和3年1月現在)

地域密着型通所介護	月	火	水	木	金	土	日
7時間以上8時間未満 定員7人	◎	◎	◎	◎	◎	◎	休
入浴	◎	◎	◎	◎	◎	◎	

◎=十分に空きがあります。○=空きがあります。△残りわずかです。空き情報につきましては、△の場合でもご相談ください。

電話 024-582-3558 FAX024-597-6317