NOZOMI

発行：〒822－0005　直方市永満寺 2978－2
社会福祉法人のぞみ福祉会
℡０９４９－２５－０５２８
URL　http://www.nozomien-noogata.com
発行日２０２２年１月２０日（第 276 号）



新年のごあいさつ



新年明けましておめでとうございます。皆様、健やかに新春を迎えられたこととお喜び申し上げます。

昨年４月に園長に就任し、９ヶ月が経ちました。今後も利用者とご家族の皆様に安心して施設を利用していただけるように、より一層の努力をしてまいりますので、ご理解とご協力を頂けますと幸いです。

一昨年から続くコロナ禍は、今年で３年目に入ります。過去２年間を振り返ると、社会全体で「何よりも感染対策を優先」としてきた事が、今や当たり前の生活に置き換わってしまいつつあるように感じます。しかしその背景で、行事や外出の中止などで利用者の楽しみが減っていることや、ご家族の皆様にも長期にわたってご協力いただいていることを思うと、「今年こそは収束を」と強く願わざるを得ません。歴史上のこれまでのパンデミックも、過去には数年をかけて必ず収束してきました。早く社会全体に安心と活気が戻り、施設の活動の幅も大いに拡げていけることを期待しています。

施設運営につきましては、感染予防に努めながら、できる限り休園や利用制限をせず、いつでも利用していただける状況を守っていけるように取り組んでまいりますので、変わらぬご指導ご支援を心よりお願い申し上げます。

最後になりますが、皆様のご健康と益々のご発展をお祈り申し上げ、年始のご挨拶とさせて頂きます。本年もどうぞよろしくお願い致します。

園長　中岡　佑太郎

新年行事



１月４日(火)に新年行事を行いました。今年も新型コロナウイルス感染拡大防止のため、多賀神社への参拝は行わず、食堂に【**のぞみ神社**】を建てて初詣をしました。新年の思いを込めた書初めをしたり、絵馬に願い事を書きました。今年も楽しく元気な一年になりますように！ そして何より、コロナの終息を願って！！

















忘年会



１２月１７日（金）、忘年会をしました。今回は、《 **フルーチェ** 》作りをしました。牛乳と混ぜ合わせ、カップに入れて冷やせばあっという間に完成です。プルンプルンの食感でとっても美味しかったです！ また、みんなでクリスマスツリーの飾りつけも行い、年末気分を味わうことができました。













《２月の予定 》

2/3 （木）**節分行事**

2/4 （金）クラブ

2/8 （火）嘱託医検診

2/17 （木）誕生会

2/18 （金）クラブ

2/25 （金）大掃除



※今月もお米の注文を受け付けています

グループホームだより





休日の活動の様子



１２月４日（土）の昼食は、**パエリアとリースサラダ**を作りました。鶏肉、パプリカ、にんにく、しめじなどたくさんの具材を入れたボリューム満点のパエリアが出来上がりました。リースサラダは、チーズやハムを型抜きして飾り付けました。おなかが満たされたあと、午後のゲームは**紙飛行機飛ばし**。頬を思いっきり膨らまして、ストローを吹いて遠くまで飛ばしました。また、１２月１８日（土）の午前中、**プレゼント運びゲーム**を行い、午後は、みなさんが楽しみにしていたおやつ、**いちごのスコップケーキ**作りをしました。砕いたクッキーに、生クリームやジャムをたっぷりかけ、最後にいちごをトッピングすると、お手軽スイーツの完成です！































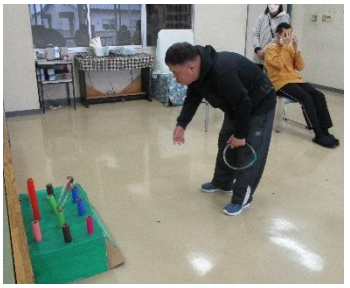




カリブ通信

（生活介護事業Ⅱ）

明けましておめでとうございます。今年もカリブでは、様々な事に挑戦し、楽しい一年にしていきたいと思っています。本年もよろしくお願いいたします。今回紹介する活動は**「わなげ」**です。みなさんご存じの遊びと思いますが、色々な効果があります。まず、輪を掴む動作には、指の力、握力を使います。そして輪を投げる時には、腕全体、肩を使います。更に、的を狙う集中力と力加減も必要となります。気軽に楽しむ事の出来るゲームですが、上半身の運動に非常に効果的なのです！



《活動予定》

2月



♪ 今月の歌　『 むすんでひらいて 』♪

月		火		水		木		金	
		1	すごろく 散歩 （芋ほりゲーム）	2	黒ひげ危機一髪 障害物競走	3	的当て・ボール **節分行事**	4	ピンポンカップイン クラブ
7	ゴルフ カーリング	8	壁絵作り 散歩 （サーキット運動）	9	お菓子作り お菓子作り	10	わなげ 散歩 （風船割りゲーム）	11	――― ―――
14	作業訓練 魚釣りゲーム	15	的当て・空気砲 散歩 （だるま落とし）	16	壁絵作り ストレッチ運動	17	ピンポンカップイン 散歩 （キックターゲット）	18	風船飛ばし クラブ
21	ワニワニパニック サーキット運動	22	わなげ 散歩 （テーブルカーリング）	23	――― ―――	24	ゴルフ 散歩 （ストレッチ運動）	25	ボッチャ 障害物競走
28	壁絵作り 大掃除								

NOZOMI

発行：〒822－0005　直方市永満寺 2978－2
社会福祉法人のぞみ福祉会
℡０９４９－２５－０５２８
URL　http://www.nozomien-noogata.com
発行日２０２２年２月１８日（第 277 号）



せつぶんぎょうじ
節分行事

２月３日（木）、**節分行事**を行いました。節分工作では、鬼のでんでん太鼓を作りました。個性豊かな表情の鬼が出来上がりました。工作の後は、１年間の無病息災を願って豆まきをしました。赤鬼と青鬼の出現に驚いた様子でしたが、「鬼は外！」と大きな掛け声で豆（カラーボール）をまいて、最後は大きなボールを投げて鬼を退治することができました。今年も健康でたくさんの福が舞い込みますように・・・。



















作品紹介



【 陶芸（飾りびな）】



３月３日は、桃の節句。各作業班ではとても可愛いお雛様の作品ができました。季節限定商品となっています。ぜひ、お買い求めください！

【 ふきん 】





【 のぞみ箸 】





医務室便り

＝ 規則正しい食生活のすすめ ＝



栄養バランスの考えられた食生活は、年齢に見合ったその人らしい美しさを体現するためには欠かせません。もしも、乱れた食生活を送っているなら、規則正しい食生活を意識してみましょう。規則正しい食事とは、栄養バランスが良く、腹八分目を心掛けた食事の事です。一日３食取り入れ、できるだけ決まった時間に食べるようにしましょう。規則正しい食事がもたらす効果としては、

◎自律神経の乱れを防ぐ

自律神経が乱れると、心身がリラックスできません。

◎集中力が高まる

決まった時間に食事を摂ると、体内時計がきちんと働き仕事や勉強に集中できます。

◎健康を維持できる

根本的な事ですが、健康的な食生活は、身体の健康維持に役立ちます。

栄養バランスの良い食事を、一日３食、決まった時間に食べる。簡単なようで実践してみると意外と大変ですが、食事は体の基本です。楽しく健康的に自分に適した食生活を整えてみましょう。

《３月の予定》

3/4　（金）クラブ

3/8　（火）嘱託医検診

3/17　（木）誕生会

3/18　（金）クラブ

3/25　（金）大掃除



※今月もお米の注文を受け付けています

グループホームだより





休日の活動の様子



１月１５日（土）の午前中、**買い物ゲーム**をした後、おやつ作りをしました。今日のおやつは、**チュロス**。まずは生地作りから。バターと牛乳を入れたフライパンに少しずつ強力粉を入れ、ヘラで混ぜながら作ります。火にかけているので焦げないように慎重に混ぜていきます。出来上がった生地は、絞り器に入れて絞り出し、オーブンで焼けば完成です。粉砂糖や、チョコのディップをつけて食べました。１月２９日（土）の昼食は、**ドリア**です。ミートソース作りから行い、器からあふれんばかりのチーズをのせました。あつあつのミートソースドリアにみなさん大満足のようでした。午後は**ボーリングゲーム**を楽しみました。





































カリブ通信

（生活介護事業Ⅱ）

日中も日差しが届かない時は、寒さがとても身に沁みますね。しかし、そんな寒さにも負けないカリブでは、この時期恒例のお菓子作りをしました。今回作ったのは、チョコレート、牛乳、砂糖、ゼラチンのたった４つの材料だけで作れる簡単【**チョコプリン**】です。チョコを溶かし、牛乳などと混ぜ、冷やして固め、最後に飾り付けをすれば完成です♪あまーいチョコを頬張ると、満面の笑みが出ていました。とても簡単なので、みなさんも是非作ってみてはいかがでしょうか？








《活動予定》

3月

♪ 今月の歌　『 春よ来い 』♪

月		火		水		木		金	
		1	風船飛ばし 散歩 （芋ほりゲーム）	2	ピンポンカップイン ストレッチ運動	3	黒ひげ危機一髪 散歩 （ワニワニパニック）	4	的当て・ボール クラブ
7	作業訓練 テーブルカーリング	8	すごろく 散歩 （だるま落とし）	9	ボーリング サーキット運動	10	ボッチャ 散歩 （ピンポンカップイン）	11	壁絵作り キックターゲット
14	ワニワニパニック ストレッチ運動	15	ゴルフ 散歩 （ボール運動）	16	工作 障害物競走	17	わなげ 散歩 （キックターゲット）	18	黒ひげ危機一髪 クラブ
21	――― ―――	22	壁絵作り 散歩 （サーキット運動）	23	的当て・空気包 風船飛ばし	24	すごろく 散歩 （テーブルカーリング）	25	作業訓練 ピンポンカップイン
28	ボーリング キックターゲット	29	ボッチャ 散歩 （魚釣りゲーム）	30	ゴルフ カーリング	31	大掃除 散歩 （ストレッチ運動）		

NOZOMI

発行：〒822－0005　直方市永満寺 2978－2
社会福祉法人のぞみ福祉会
℡０９４９－２５－０５２８
URL　http://www.nozomien-noogata.com
発行日２０２２年４月２０日（第 278 号）

花見（はなみ）



３月２９日（火）に福智山ダム下の公園へ花見に行きました。車を降りて少し歩くと満開の桜が出迎えてくれました。ポカポカ陽気の中ゆっくり花見を楽しむことができました。散策の後はダム周辺をドライブ。車窓からも桜を沢山見る事ができ、利用者のみなさんは春を満喫されていました。













作品紹介（さくひんしょうかい）



軽作業班（けいさぎょうはん）より、作品（さくひん）の紹介（しょうかい）です。
今回（こんかい）は、こいのぼりやチューリップ柄（がら）の作品（さくひん）が出来上（できあ）がりました。これからの季節（きせつ）にピッタリですね。

【ふきん】



【のぞみ箸（ばし）】



防災訓練







３月１５日（水）、**防災訓練**を実施しました。今回は、厨房からの出火を想定した訓練でした。火災発生のアナウンスが流れると、職員誘導のもと屋外の避難場所へスムーズに移動することができました。急いで避難することは当然ですが、慌ててしまうと、転倒などの二次災害にもつながってしまいます。周りをよく見て、冷静な行動をすることが大切ですね。

令和４年度　年間予定表

	行事	余暇活動
５月	外出行事	
６月	健康診断	
７月	防災訓練（地震・火災避難）	七夕
９月	保護者面談・救急講習会（職員）	
１０月	園イベント（内容未定）・防災訓練（夜間 火災避難）	
１１月		紅葉狩り
１２月	餅つき	忘年会
１月		新年行事・成人祝い
２月	直方市合同販売会	節分
３月	保護者面談・防災訓練（火災避難）	

※詳細内容、日程等については、別途お知らせします。

《５月の予定》

5/6　（金）クラブ

5/10　（火）嘱託医検診

5/19　（木）**外出行事**・誕生会

5/20　（金）クラブ

5/25　（水）看護師巡回

5/27　（金）大掃除



※今月もお米の注文を受け付けています

グループホームだより



休日の活動の様子



２月５日（土）は、午後のおやつ作りをしました。今回は、**【 ブラウニータルト＆バナナジュース 】**です。ホットケーキミックスとココアに卵や砂糖を混ぜ、型に流し込みオーブンで焼きます。焼きあがるまでの間、室内に甘い香りが漂い、出来上がるのが待ちきれない様子でした。冷ましてから型から外しカットしました。みなさん、生バナナジュースと一緒にスイーツを堪能されていました。また、午前中は、ピンポンカップインゲームをしました。的をよーく狙ってピンポン玉をカップに入れ点数を競いましたが、意外と難しく、みなさん結構苦戦されていました。























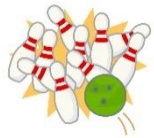




カリブ通信

（生活介護事業Ⅱ）

春らしい暖かな季節になってきましたが、まだ朝晩と日中の気温差があり、体調管理には気を付けないといけませんね。カリブのみなさんは散歩や活動で頑張って体を動かしています。さて、今月紹介する活動は**「ボーリング」**です。ピンをよーく狙って勢いよくボールを転がし、ピンが倒れた音で笑ったり、沢山倒して大喜びしたり、とても楽しまれています！











《活動予定》

5月

♪ 今月の歌　『 シャボン玉 』♪

月		火		水		木		金	
2	わなげ 障害物競走	3	――― ―――	4	――― ―――	5	――― ―――	6	風船飛ばし クラブ
9	壁絵作り サーキット運動	10	ピンポンカップイン 散歩 （魚釣りゲーム）	11	ボーリング キックターゲット	12	的当て・ボール 散歩 （テーブルカーリング）	13	ボッチャ ストレッチ運動
16	風船飛ばし ボール運動	17	ゴルフ 散歩 （カーリング）	18	すごろく 障害物競走	19	**外出行事** **外出行事**	20	黒ひげ危機一髪 クラブ
23	作業訓練 ストレッチ運動	24	テーブルカーリング 散歩 （ボッチャ）	25	的当て・空気包 ボーリング	26	ピンポンカップイン 散歩 （サーキット運動）	27	壁絵作り キックターゲット
30	ゴルフ 芋掘りゲーム	31	大掃除 散歩 （ストレッチ運動）						

NOZOMI

発行：〒822－0005　直方市永満寺 2978－2
社会福祉法人のぞみ福祉会
℡０９４９－２５－０５２８
URL　http://www.nozomien-noogata.com
発行日２０２２年５月２０日（第 279 号）

ホークスからのプレゼント

福岡ソフトバンクホークス（株）様から、ハンドタオル・ロゴ入りマスク・ボールペンセットを寄贈いただきました。２年前にもグッズをいただいており、ホークスからの思わぬ贈り物に利用者のみなさんは大喜びでした。紙面をお借りしてお礼申し上げます。ペナントレースも始まりましたが、リーグ優勝、さらには日本一を目指し頑張ってください！みんなで応援しています！！

《 ホークス　がんばれー！！ 》







クラブ

クラブ活動は毎年度末に１年間の反省と新年度の活動内容の話し合いを行っています。今年度も２グループに分かれ、様々な活動を展開していきます。この日のクラブは、ゴルフとテーブルカーリングでした。









清掃活動



園では月に一度、周辺の散歩コースの清掃を行っています。相変わらず、道端には空き缶や吸い殻などが散乱しており、中には、家電製品や廃タイヤなどの不法投棄も見られています。豊かな自然を汚すような行為はやめてほしいものですね。







医務室便り

《 食中毒に注意！ 》



食中毒とは、細菌やウイルスなどの有毒な物質がついた食べ物を食べることで、下痢や腹痛、発熱、吐き気といった症状が出る病気の事です。しかし同じものを食べても、すべての人が食中毒を起こすわけではありません。健康な人は、胃酸によって食中毒菌を殺菌したり、腸内にいる乳酸菌などで食中毒菌が繁殖しにくい環境を保っているため、発症の可能性が低くなります。しかし小さなお子さんや高齢者など免疫力の低い方や、成人でも寝不足、ストレス、腸内環境の乱れにより免疫力が低下している場合は、食中毒を起こしやすくなります。さらに、食中毒菌を取り込んだ量によっても、発症時間や症状の強さなどが異なりますし、時には命にかかわることもあるので、早めに医療機関を受診することが重要です。

《６月の予定 》

6/3　（金）クラブ

6/8　（水）**健康診断**

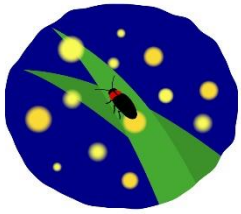
6/14　（火）嘱託医検診

6/16　（木）誕生会

6/17　（金）クラブ

6/22　（水）看護師巡回

6/24　（金）大掃除



※今月もお米の注文を受け付けています

グループホームだより





休日の活動の様子





４月２日（土）、「**牛丼作り**」をしました。牛丼を作るのは初めてだった為、メニューを発表すると歓声が上がりました。調理の工程は意外と簡単でしたが、新玉ねぎの皮剥きに苦戦しました。すき焼きのたれで煮込むと、甘辛い牛丼の完成です。午後からは「**ボール運びリレー**」を行いました。２チームに分かれサイコロの出た目の数のボールを段ボールの中から取り出し、ゴールのかごに入れ、次の走者にタッチするリレー形式で競いました。また、４月１６日（土）は、午前中に「**的あてゲーム**」を行ったあと、午後のおやつに「**チョコバナナパフェ**」を作りました。コーンフレーク、アイス、ホイップクリーム、バナナ、ポッキー、チョコソースをカップに盛り付けていきます。それぞれ好きなように盛り付けてオリジナルパフェの出来上がりです。チョコとバナナの相性も抜群でした！





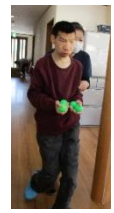


















カリブ通信

（生活介護事業Ⅱ）

梅雨の走りのような雨が続いたり、真夏を思わせるような強い日差しがあったり、気候の目まぐるしい変化で体調を崩しやすい時期ですがみなさまはお変わりなくお過ごしでしょうか？ そんな中、カリブでは、「室内でも楽しく体を動かしましょう！」という事で**【サーキット運動】**に取り組んでいます。「位置について、よーいドン！」の掛け声で階段昇降やバランスボールに乗ったり、みんなで楽しく活動を行っています。









《活動予定》

6月

♪ 今月の歌　『あめふりくまの子』 ♪

月		火		水		木		金	
				1	すごろく わなげ	2	ワニワニパニック 散歩 （障害物競走）	3	風船飛ばし クラブ
6	的当て・ボール キックターゲット	7	ボッチャ 散歩 （ボール運動）	8	**健康診断** サーキット運動	9	ボウリング 散歩 （風船割りゲーム）	10	ゴルフ 魚釣りゲーム
13	作業訓練 ストレッチ運動	14	わなげ 散歩 （魚釣りゲーム）	15	ピンポンカップイン 芋掘りゲーム	16	黒ひげ危機一髪 散歩 （だるま落とし）	17	壁絵作り クラブ
20	ゴルフ サーキット運動	21	ボウリング 散歩 （カーリング）	22	的当て・空気包 風船飛ばし	23	すごろく 散歩 （わなげ）	24	ボッチャ ストレッチ運動
27	壁絵作り 障害物競走	28	工作 散歩 （大漁はだ～れ？）	29	ピンポンカップイン キックターゲット	30	大掃除 散歩 （テーブルカーリング）		

NOZOMI

発行：〒822－0005　直方市永満寺 2978－2
社会福祉法人のぞみ福祉会
℡０９４９－２５－０５２８
URL　http://www.nozomien-noogata.com
発行日２０２２年６月２０日（第 280 号）



外出行事（がいしゅつぎょうじ）



５月１９日（木）に外出行事で飯塚の**筑豊緑地**に行きました。昨年も計画していましたが、新型コロナウイルスの影響で中止せざるを得ませんでした。当日は天気にも恵まれ、公園内で美味しいお弁当を食べました。食後は滑り台やアスレチック遊具、バトミントンなどで遊び、久しぶりの行事を思いっきり楽しまれる様子が見られていました。現在もコロナで外出する機会が減っていますが、みなさんが楽しそうに遊ぶ姿が見られてとても良かったです。


















作品紹介



軽作業班より、ふきんとのぞみ箸の紹介をしたいと思います。朝顔やアイス、金魚など、これから訪れる夏にピッタリの作品です！

















医務室便り

《 交通事故が増え始める季節です！ 》



日が長くなってのんびりと散歩が楽しめる季節ですね。しかし、明け方や夕暮れ時、夜間の散歩は特に注意が必要です。薄暗くなってくると、歩行者から車は見えていても、車の運転手からは見えづらくなります。夕方以降の外出は、「明るい色の服」「反射材」で自分の存在をアピールするようにしましょう。また、横断歩道のない道路を横断中に事故にあうケースが増えています。通り慣れた道でも油断せずに、「横断歩道」を渡るようにしましょう。

《７月の予定 》

7/1　（金）クラブ
7/7　（木）七夕行事
7/12　（火）嘱託医検診
7/15　（金）クラブ
7/21　（木）誕生会
7/22　（金）大掃除
7/27　（水）看護師巡回



※今月もお米の注文を受け付けています

グループホームだより



新職員紹介

６月より、グループホーム生活支援員として、佐瀬さん、夜間支援員として、萬田さんが勤務されることになりました。みなさんよろしくお願いします。



佐瀬　千晴さん



萬田　奈菜美さん

休日の活動の様子



５月１４日（土）の昼食は、**「ビビンバ」**作りをしました！コチュジャンを入れ、ピリッと辛味が効いたビビンバが出来上がりました。みなさん辛いのは大丈夫！とのことで、とても美味しそうに食べられていました。午後は、ボールゲームをしました。マークをめがけてボールを投げ、いかに近づけるか！狙いを定めて真剣な眼差しでした。５月２８日（土）、おやつに**「３種の団子」**と**「グリーンレモンティー」**を作りました。いわゆる丸めた団子ではなく、練った生地を型抜きでいろいろな形にしてみました。味付けは「あんこ」「きな粉」「みたらし」の３つの味にしました。甘い団子には、爽やかなグリーンレモンティーがとてもマッチしていました。







































カリブ通信

（生活介護事業Ⅱ）

梅雨入りが発表され、いよいよジメジメした嫌な季節になりましたね。今回ご紹介する活動は**「テーブルカーリング」**です。得点の的をリニューアルしました。カップをボールに被せているので、的まで押し出す力加減がちょっと難しいですが、しっかり狙って得点を重ねています！勢い余ってボールがテーブルから落ちると、みんな大笑い！そんな笑い声で梅雨の湿気も吹き飛ばしています。








《活動予定》

7月

♪ 今月の歌　『アイスクリームのうた』 ♪

月		火		水		木		金	
								1	わなげ
									クラブ
4	ゴルフ	5	的当て・ボール	6	作業訓練	7	すごろく	8	ボウリング
	ボール運動		散歩（だるま落とし）		魚釣りゲーム		**七夕行事**		ストレッチ運動
11	壁絵作り	12	ボッチャ	13	黒ひげ危機一髪	14	ピンポンカップイン	15	テーブルカーリング
	ストレッチ運動		散歩（大漁はだ～れ？）		サーキット運動		散歩（キックターゲット）		クラブ
18	―――	19	キャップホッケー	20	わなげ	21	的当て・空気砲	22	壁絵作り
	―――		散歩（すごろく）		水遊び		散歩（風船飛ばし）		障害物競走
25	ボウリング	26	黒ひげ危機一髪	27	テーブルカーリング	28	ゴルフ	29	大掃除
	キックターゲット		散歩（魚釣りゲーム）		ピンポンカップイン		散歩（サーキット運動）		ストレッチ運動

NOZOMI

発行：〒822－0005　直方市永満寺 2978－2
社会福祉法人のぞみ福祉会
℡０９４９－２５－０５２８
URL　http://www.nozomien-noogata.com
発行日２０２２年７月２０日（第 281 号）

七夕（たなばた）



７月７日(木)に**七夕行事**を行いました。みなさんの思い思いの願い事を短冊に書いて笹につるし飾りました。「旅行に行きたい」「健康でありますように」等、いろいろな願い事が書かれていました。飾り付けた後は、みんなで七夕の歌を合唱し、とても楽しい時間を過ごすことが出来ました。短冊に込めたみなさんの願い事が叶いますように・・・！



















新しい作業



（株）トーシン様からの委託で新しく先割れスプーンの封入作業が始まりました。あらかじめ１本ずつビニールに入っており、それを１０本１セットで袋に詰めていきます。最後にラベルを貼って完成ですが、きちんとスプーンを重ねないと上手く袋に入りませんが、すぐにコツを掴まれていました。





医務室便り



《 新型コロナウイルス感染再拡大 》

「第７波」と呼ばれる新型コロナウイルスの感染が急速に拡大しています。オミクロン株のうち、「ＢＡ．５」という変異ウイルスが国内に広がっています。「ＢＡ．５」は今年の２月に南アフリカで確認されたあと、５月以降、欧米を中心に広がり、現在では、世界で検出される新型コロナウイルス全体の４０％以上を占めると言われています。従来の株と比較して重症度が増しているという証拠はないようですが、感染力が非常に強く、免疫を持っている人もかかってしまうことがあります。しかし、感染者がどんどん増えれば、重症化する人も出るため注意していく必要があります。これから夏休み、お盆など人との接触機会が増え、また、冷房を使用することで換気が悪くなることで感染のリスクが大きくなると考えられます。これからも、マスクの着用、手洗い・消毒、室内の換気など基本的な感染対策を続けていきましょう。少しでも症状があれば、無理をせずにかかりつけ医、受診相談センターに相談しましょう。

《８月の予定 》

8/5　（金）クラブ	8/18　（木）誕生会
8/9　（火）嘱託医検診	8/19　（金）クラブ
8/10　（水）大掃除・早帰り	8/24　（水）看護師巡回



※今月もお米の注文を受け付けています

グループホームだより





休日の活動の様子

６月１１日（土）、夏恒例（？）のヨーヨー釣りをしました。ビニールプールの中に浮かんだヨーヨーを慎重に釣り上げ、釣れた瞬間には思わず、「おーっ！」と声が出ていました。でも失敗すると、「あーあ」と一喜一憂されていました。室内ではありましたが、お祭り気分を味わえたのではないでしょうか。また、６月２５日（土）は、河川敷の**水辺館**へ行きました。ヤギに餌をあげようとすると、なんと放し飼い・・・。恐る恐る地面に餌を置くと、子ヤギが餌に向かって猛ダッシュで走ってきたのでびっくりでした（笑）でも、久しぶりの外出だったので、みなさんはとっても楽しまれていたようでした。

「釣れたーっ！」









【慎重に・・・】





「久しぶりの散歩は気持ちいいねー」







カリブ通信

（生活介護事業Ⅱ）

今年は記録的に早い梅雨明けとなりました。７月に入ると蝉の声も聞こえ始め、いよいよ夏本番となりました。さて、今月ご紹介する活動は**「だるま落とし」**です。カリブのだるま落としは、９個の箱を大きい順に積み重ね、棒を使って落としていくというものです。色々な所に置いてある箱を拾い集めるのも一苦労ですが、箱の大きさに悩みながら積み重ね、バランスも考えながら…となかなか難しいですが、積み上げた箱を落としていくのは気分爽快です！






《活動予定》

8月



♪ 今月の歌　『飛んでったバナナ』 ♪

月		火		水		木		金	
1	壁絵作り 風船飛ばし	2	ボッチャ 散歩 （風船割りゲーム）	3	的当て・ボール 障害物競走	4	わなげ 散歩 （大漁はだ～れ？）	5	すごろく クラブ
8	ピンポンカップイン サーキット運動	9	テーブルカーリング 散歩 （だるま落とし）	10	ワニワニパニック ―――	11	――― ―――	12	――― ―――
15	――― ―――	16	ボウリング 散歩 （キックターゲット）	17	ゴルフ ストレッチ運動	18	黒ひげ危機一髪 散歩 （芋掘りゲーム）	19	壁絵作り クラブ
22	風船飛ばし 魚釣りゲーム	23	的当て・空気砲 散歩 （カーリング）	24	ピンポンカップイン 水遊び	25	ボッチャ 散歩 （障害物競走）	26	テーブルカーリング サーキット運動
29	黒ひげ危機一髪 ゴルフ	30	わなげ 散歩 （ストレッチ運動）	31	大掃除 ボール運動				

NOZOMI

発行：〒822－0005　直方市永満寺 2978－2
社会福祉法人のぞみ福祉会
℡０９４９－２５－０５２８
URL　http://www.nozomien-noogata.com
発行日２０２２年８月１９日（第 282 号）

ぼうさいくんれん 防災訓練



７月１３日（水）、防災訓練を実施しました。今回は地震発生からの火災を想定した訓練を行いました。発生のアナウンスが流れると、素早く机の下に隠れて身を守りました。その後の火災発生も落ち着いて屋外に避難することができました。地震や火事はいつ発生するかわかりません。慌てず、冷静に行動しましょう！













おおそうじ 大掃除

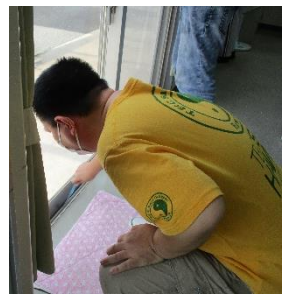


８月１０日（水）、大掃除を行いました。大掃除は、毎日の掃除では行き届かない所まで丁寧に掃除しています。園では、毎月末に大掃除を実施していますが、８月は、お盆休みの前に実施しました。









作品紹介






今月は、陶芸作品の紹介をします。栗やなすび、イチョウの葉、くまさんの形をした平皿です。ちょっとしたお総菜などを盛り付けるのにピッタリではないでしょうか。

医務室便り

＝ 災害に備えて ＝



毎年、台風や集中豪雨によって全国各地で土砂災害や洪水をはじめ、暴風、高潮などによる災害が発生しています。九州でも毎年のように大雨による災害が起こっていますね。特に最近では、**線状降水帯**という言葉をよく耳にしますが、これは、積乱雲（雨雲）が線状に次々と発生し、ほぼ同じ場所を通過・停滞するため、非常に強い雨が特定の地域に長時間連続して降り続けます。では、そのような豪雨に対してどのような準備や行動が必要になるのでしょうか。まずは、気象情報に注意する。台風や大雨の危険が近づいているというのは、テレビやラジオの気象情報から入ってきます。その時点で災害への備えを確認しましょう。次に自分でできる備えを行う。家の外では、窓や雨戸を閉め、側溝や排水溝を掃除しておく。また、風に飛ばされそうなものは固定したり、屋内へ移動させる。家の中では、非常用品の確認をして、もし避難指示が出た時にすぐに持ち出せるようにしましょう。また、避難場所として指定されている場所への避難経路の確認、日頃からハザードマップの確認をしておきましょう。自然の猛威は考えている以上に強く、人間が到底太刀打ちできるものではありません。だからこそ、被害を未然に、最小限に防ぐために準備しておくことがとても大事です。

《９月の予定》

9/2　（金）クラブ	9/16　（金）クラブ
9/13　（火）嘱託医検診	9/28　（水）看護師巡回
9/15　（木）誕生会	9/30　（金）大掃除



※今月もお米の注文を受け付けています

グループホームだより



新入居者



田中　由美さん

７月１９日より、通所を利用されていた田中さんがグループホームに入居されました。みなさん、よろしくお願いします。

休日の活動の様子

７月９日(土)、午前中に**魚釣りリレー**をした後、午後のおやつに、**ピザトースト**を作りました。玉ねぎやピーマンなどを細かく切ったり、なんとピザソースは手作りです！パンに野菜とチーズをたっぷりと乗せ、オーブントースターで焼くと香ばしいかおりが漂ってきました。また、７月２３日(土)は、昼食に**タコライス**作りをしました。タコライスって何！？どんな料理？とみんなワクワクしながら調理を進めていきました。ご飯の上にスイートチリソースで味付けした挽き肉やレタス、チーズ、ミニトマトをトッピング！初めて食べる味に、「美味しい！」と大満足の様子でした。午後は、夏の風物詩『**虫取り競争**』を行いました。折り紙で作った昆虫を壁や天井に貼り付け、虫取り網で捕まえると、「取れたー！」と大喜びでした。

























カリブ通信

（生活介護事業Ⅱ）

連日の猛暑で、みなさんは夏バテしていませんか？水分補給や日頃の体調の管理には気をつけていきたいですね。さてカリブでは夏恒例の【**水遊び**】をしました。水鉄砲やシャワー、スイカのボール等で楽しく遊ぶことができました。水をバシャバシャして笑ったり、体を水につけて、ひとときの涼を感じられたのではないでしょうか。まだまだ残暑が続きますが、熱中症に気をつけて暑い夏を乗り越えていきましょう。











《活動予定》

9月

♪ 今月の歌　『おつかいアリ』 ♪

月		火		水		木		金	
						1	ボウリング 散歩 （キックターゲット）	2	的当て・ボール クラブ
5	壁絵作り 障害物競走	6	ピンポンカップイン 散歩 （魚釣りゲーム）	7	テーブルカーリング 風船飛ばし	8	ボッチャ 散歩 （だるま落とし）	9	ゴルフ ストレッチ運動
12	ボウリング サーキット運動	13	黒ひげ危機一髪 散歩 （ボール運動）	14	工作 カーリング	15	わなげ 散歩 （すごろく）	16	作業訓練 クラブ
19	——— ———	20	ボッチャ 散歩 （ストレッチ運動）	21	的当て・空気砲 芋掘りゲーム	22	ピンポンカップイン 散歩 （障害物競走）	23	——— ———
26	わなげ 風船飛ばし	27	テーブルカーリング 散歩 （キックターゲット）	28	壁絵作り サーキット運動	29	黒ひげ危機一髪 散歩 （ゴルフ）	30	大掃除 ストレッチ運動

NOZOMI

発行：〒822－0005　直方市永満寺 2978－2
社会福祉法人のぞみ福祉会
TEL ０９４９－２５－０５２８
URL　http://www.nozomien-noogata.com
発行日２０２２年９月２０日（第 283 号）

散歩



火曜・木曜日の午後は散歩の時間です。夏場は気温が高くなるため中止になることが多かったですが、ようやく気温も下がり、散歩に絶好の季節になりました。この時期は、青空と稲穂のコントラストがとても綺麗で、そこまで来ている秋を感じることが出来ました。



《 爽やかな空気と青空が気持ちいいね 》







作品紹介



１０月末はハロウィン！ かぼちゃのオバケがとっても可愛い、ふきんとのぞみ箸の紹介です。おひとついかがですか？

《 ふきん 》





《 のぞみ箸 》





医務室便り

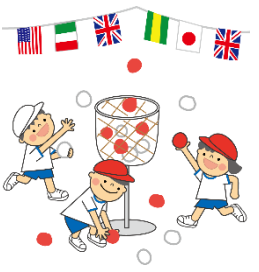
＝ 日照時間の短い時季の過ごし方 ＝



日ごとに日が暮れるのが早くなる秋冬。この時期には「やたら眠い」「何をするにもおっくう」「集中できない」といったお悩みを感じる方が増加します。秋冬は調子が出ない、その原因は「日照時間の短さ」にあると言われています。この不調は１０月から１１月にかけて現れはじめ、日が長くなる３月あたりで回復してきます。冬季うつ・季節性うつなどと呼ばれることがあり、春に向かえば自然に回復していくので、一過性のものです。季節の影響を受けるのは男性よりも女性が多く、また、日照時間の短い梅雨の時季にも同様の不調が起こることがあります。日が短くなることで、なぜそれほどの不調があらわれるのでしょうか？その理由は、日光に当たることで生成される「セロトニン」と「ビタミンD」の不足です。「セロトニン」は神経伝達物質の一つで、不足すると、うつ症状を引き起こすと考えられています。「ビタミンD」はカルシウムとともに歯や骨を作り、筋力の発達と維持を助けます。普段はどれくらい陽を浴びたかどうかはあまり気にしませんが、この時季には意識的に行動することが不調の改善につながります。窓から明るい屋外を見て、目から取り込まれる光量不足を補えます。１日１時間でも陽を浴びるようにしてみましょう。陽の光のおかげで体内時計が調整され、自然界の朝・昼・晩のリズムと体のリズムが噛み合いやすくなります。それから、空を見上げることも効果的です。なかなか空を見上げることはないかもしれませんが、そうすることで、気持ちも上向きになるのではないでしょうか。

《１０月の予定》

10/7　（金）クラブ
10/11　（火）嘱託医検診
10/14　（金）**園イベント（運動会）**
10/20　（木）誕生会
10/21　（金）クラブ
10/26　（水）看護師巡回
10/28　（金）大掃除



※今月もお米の注文を受け付けています（新米です！）

《 お知らせ 》

８月３１日をもって、グループホーム生活支援員の佐瀬さんが退職されました。

グループホームだより



新入居者



田中　崇太郎さん

９月５日より、通所を利用されていた田中さんがグループホームに入居されました。みなさん、よろしくお願いします。



休日の活動の様子



９月３日（土）、昼食で**【餃子とチャーハン】**作りをしました。餃子の皮は、「かんたん餃子」と言う器具を使用したので上手に餡を包む事が出来ました。ホットプレートで餃子を焼くと部屋中に香ばしい香りが立ち込め、ふたを開けて蒸気が上がると「わぁ～！すごい！」と歓声が！　「お店で買った餃子より美味しかった！」　「初めて餃子を作って楽しかった！」など、食事中も会話が弾んでいました。午後は、**【ガチャガチャ輪投げ】**で楽しみました。また、９月１０日（土）は、午前中に**【バランスゲーム】**をした後、おやつで**【スイートポテトとメロンソーダ】**を作りました。茹でたさつま芋に生クリームや砂糖、卵を入れて混ぜ、均等な大きさに成形するのに苦戦しながらも、職員と一緒に形を整えました。形が出来上がり、卵黄を塗って焼き色が付くまで焼くと、とっても甘～い、スイートポテトの完成です。























カリブ通信

（生活介護事業Ⅱ）

日が落ちるのも早くなり、朝晩は過ごしやすくなってきました。日に日に秋の訪れを感じる頃となりました。

さて、今月ご紹介する活動は《 **魚釣りゲーム** 》です。竿の先に磁石を付けた糸を垂らし、魚に磁石がくっ付くと、魚を逃がさないように慎重に釣り上げます。かごの中の大量の魚を、嬉しそうに見せてくれます。











《活動予定》

10月

♪ 今月の歌　『 赤とんぼ 』♪

月		火		水		木		金	
3	ワニワニパニック ボウリング	4	的当て・ボール 散歩 （魚釣りゲーム）	5	すごろく ピンポンカップイン	6	ボッチャ 散歩 （芋掘りゲーム）	7	的当て・ボール クラブ
10	――― ―――	11	作業訓練 散歩 （だるま落とし）	12	黒ひげ危機一髪 ボール運動	13	テーブルカーリング 散歩 （障害物競走）	14	**運動会** **運動会**
17	ボッチャ ストレッチ運動	18	すごろく 散歩 （カーリング）	19	壁絵作り ゴルフ	20	ボウリング 散歩 （サーキット運動）	21	ピンポンカップイン クラブ
24	黒ひげ危機一髪 大漁はだ～れ？	25	テーブルカーリング 散歩 （芋掘りゲーム）	26	的当て・空気砲 障害物競走	27	風船飛ばし 散歩 （キックターゲット）	28	わなげ 魚釣りゲーム
31	大掃除 ピンポンカップイン								

NOZOMI

発行：〒822－0005　直方市永満寺 2978－2
社会福祉法人のぞみ福祉会
℡０９４９－２５－０５２８
URL　http://www.nozomien-noogata.com
発行日２０２２年１０月２０日（第 284 号）



ミニ運動会（うんどうかい）



１０月１４日（金）、**ミニ運動会**を開催しました。ピンポン玉リレーや、借り物競争、玉入れなどを 赤・青・緑の３チームに分かれて室内での競技を行いました。みなさんは、「がんばれ！がんばれ！」と大きな掛け声で応援され、チーム競技の玉入れではこの日一番の盛り上がりを見せていました。いまだコロナが収まらない中、外出やイベントがなかなか実施出来ませんが、様々な工夫をしながら、みなさんが楽しめる活動を行っていきたいと思います。























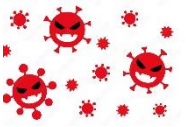






医務室便り

《 ウイルスに負けない抵抗力をつけよう！ 》



これからの季節、気温が下がり、空気が乾燥してくると、くしゃみや鼻水、咳などの症状が見られる風邪をひく人が増え始めます。風邪の多くは**ウイルス感染**によって人から人へとうつります。風邪を引き起こすウイルスは２００種類以上もあり、感染するウイルスの種類や型が異なるたびに風邪をひくことも少なくありません。風邪予防にはウイルスにさらされないこと、ウイルスに負けない抵抗力をつけることが大切です。感染ルートには、ウイルスの付着した手を介して、口や鼻の粘膜から感染する**「接触感染」**、風邪をひいた人の咳やくしゃみによってウイルスを含んだ小粒子（飛沫）が飛び散り、それを吸い込むことによる**「飛沫感染」**、さらに咳やくしゃみの飛沫の水分が蒸発して空気中に浮遊したウイルスを吸い込むことによる**「空気感染」**があります。こうしたことから、風邪の予防には「こまめに手洗いする」「マスクを着用する」「症状の出ている人に近づかない」ことが基本です。また、同じ環境で過ごしていても、体力や抵抗力が低下している人はウイルスに感染しやすくなります。風邪に負けない身体づくりのために、次の事を実践してみましょう。

1．しっかりと睡眠をとる：睡眠は体力や身体の機能回復には欠かせません。
2．十分に栄養をとり、適度に運動する：免疫力を高めるためには十分な栄養が必要です。また、運動は風邪に負けない体力づくりや、免疫力向上に役立ちます。
3．なるべく薄着を心がける：厚着は気温の変化に身体が順応する力を弱めて、抵抗力低下につながります。

新型コロナウイルス感染者数も日々減少傾向となっていますが、福岡県でもまだ１００人を上回る日もあり、油断はできません。これからインフルエンザの流行も考えられますので、気を抜かず、徹底した感染対策を続けていきましょう。

《１１月の予定 》

11/4　（金）クラブ
11/8　（火）嘱託医検診
11/16　（水）看護師巡回
11/17　（木）誕生会
11/18　（金）クラブ
11/24　（木）**紅葉狩り**
11/25　（金）大掃除



※今月もお米の注文を受け付けています（新米です！）

グループホームだより



休日の活動の様子



１０月１日（土）の活動は、昼食作りで【**おにぎらず**】を作りました。その名の通り、手でにぎらず、ラップにご飯を敷いてスパムや肉などの具材を乗せ、さらに上からご飯を挟んでラップでくるんでしまえば、おにぎりの完成です。ミートボールやちくキュー（ちくわにキュウリを詰めたもの）を一緒にお弁当箱に入れ、**おにぎらず弁当**が出来上がりました！ 天気も良く、テラスの下にテーブルとブルーシートを敷いて、みんなでピクニック気分を味わいながら食べました。外で食べるお弁当はなんでこんなに美味しいんでしょうね？（笑）

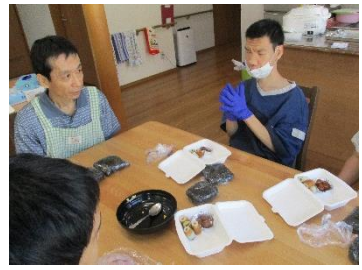






















カリブ通信

（生活介護事業Ⅱ）

秋らしい季節になってきました。気温の急激な変化で体調を崩したり、風邪などひきやすくなりますので、十分留意されて下さい。さて今月のカリブの活動紹介は**「黒ひげ危機一髪ゲーム」**です。樽に順番に剣を挿していき、いつ人形が飛び出すかわからない、みなさんご存じのハラハラドキドキゲームです。人形が飛び出てくると、ビックリしたり、「アウト！」と言いながら、満面の笑顔で楽しまれています。













《活動予定》

11月

♪ 今月の歌　『 七つの子 』♪

月		火		水		木		金	
		1	すごろく 散歩 （だるま落とし）	2	ゴルフ ストレッチ運動	3	――― ―――	4	ボウリング クラブ
7	壁絵作り サーキット運動	8	わなげ 散歩 （大漁はだ～れ？）	9	的当て・ボール 風船飛ばし	10	テーブルカーリング 散歩 （魚釣りゲーム）	11	黒ひげ危機一髪 ピンポンカップイン
14	作業訓練 ストレッチ運動	15	ボッチャ 散歩 （ボール運動）	16	工作 障害物競走	17	ゴルフ 散歩 （キックターゲット）	18	すごろく クラブ
21	テーブルカーリング 芋掘りゲーム	22	ボウリング 散歩 （風船飛ばし）	23	――― ―――	24	ピンポンカップイン **紅葉狩り**	25	壁絵作り わなげ
28	黒ひげ危機一髪 キックターゲット	29	的当て・空気砲 散歩 （ストレッチ運動）	30	大掃除 サーキット運動				

NOZOMI

発行：〒822－0005　直方市永満寺 2978－2
社会福祉法人のぞみ福祉会
℡０９４９－２５－０５２８
URL　http://www.nozomien-noogata.com
発行日２０２２年１１月１８日（第 285 号）

やかんぼうさいくんれん
夜間防災訓練



１０月２０日（木）、夜間防災訓練を実施しました。グループホームでの火災を想定した訓練で、入居者のみなさんがホームに帰棟してくつろいでいる時間に火災が発生！　支援員の誘導のもと、慌てず、落ち着いて避難することが出来ました。






作品紹介

【陶芸】

今年もあとわずか。一年経つのが早いですね。そこで、年末年始と言えば、クリスマス・お正月！　サンタクロースやスノーマン、とっても可愛い作品が出来上がりましたよ。



【軽作業】










実習生紹介



井上　涼さん

１１月７日から１８日の期間、八幡特別支援学校から井上さんが実習に来られ、作業や活動に参加されました。

看護師巡回





毎月第四水曜日、武井看護師による巡回看護を行っています。利用者のみなさんとコミュニケーションを取りながら、健康観察や医療に関するアドバイスをしてもらっています。

医務室便り

《 水分補給の重要性 》



唐突ですが、みなさんは水分補給をちゃんとしていますか？ 夏場は熱中症対策などでせっせと水分補給をしていたのに、涼しくなってからというもの、あの熱心さはどこへいってしまったのでしょうか？ 人間の体の約６０％は水分です。毎日の食事や飲み物から２～２．５リットルの水分を摂取し、尿や便、汗などで同じくらいの量の水分を体から排出しています。これは季節が変わってもあまり変化はありません。水分補給の重要性は夏場と同じなのです。寒くなると風邪をひいている人をよく見かけますが、風邪対策の王道である「うがい」「手洗い」に加え、**「水分補給」**も大事な予防対策の一つなのです。風邪やインフルエンザの原因となるウイルスは、乾燥した状態で活発に活動します。反対に湿度が５０％以上になると活動が急激に低下します。水分補給は喉や鼻の粘膜を潤してウイルスの侵入を防ぐと同時に、侵入したウイルスを痰や鼻水によって体外に排出する作用を助けます。また、風邪をひいてしまうと発熱や食欲低下、下痢、嘔吐などの症状により体からの水分排出が多くなりますので、普段以上にきちんと水分を補給するようにしましょう。

《１２月の予定 》

12/2　（金）クラブ

12/9　（金）**餅つき・早帰り**

12/13　（火）嘱託医検診

12/15　（木）誕生会

12/16　（金）**忘年会**

12/21　（水）看護師巡回

12/28　（金）大掃除・早帰り



※今月もお米の注文を受け付けています

《 お知らせ 》

１０月末をもって、川口穂野香さんが退園されました。

グループホームだより





休日の活動の様子

１０月２２日(土)は、ハロウィンが近いということで、**「お化けマシュマロケーキ&ハロウィンドリンク」**を作りました。マシュマロにチョコペンで好きなように顔を描き、チョコパイに乗せてみました。色々なお化け顔が出来上がりました。ハロウィンドリンクは、ぶどうジュース、オレンジジュース、サイダーの順に３層にしてフルーツをのせました。午前の活動は**「ボール取りリレーゲーム」**を行い、アメ、ピンポン玉、ボールを入れた箱の中から、くじに書かれた種類と個数を選んで戻ってくるリレーです。また、１１月５日（土）は昼食に**「チキン南蛮定食」**を作りました。鶏もも肉を１口サイズにカットし、衣や甘酢ダレも自分達で計量して作りました。そして今回はタルタルソースも手作りです。午後からは**「白黒ゲーム」**を行いました。オセロのような感じで、３０秒間コマをひっくり返し合います。ひっくり返ったと思ったらまたひっくり返され、白熱した勝負が繰り広げられていました。























カリブ通信

（生活介護事業Ⅱ）

日が暮れるのが一段と早くなり、朝夕の冷え込みに秋の深まりを感じる頃となりました。さて、今月ご紹介する活動は**「すごろく」**です。「良い目が出ますように」とサイコロを優しく転がし、出た目の中には、「廊下へ散歩」や「バランスボールで跳ねる」などがあり、運動しながら行えるゲームとなっています。これから寒くなっていきますが、室内でも楽しみながら体を動かせる活動をもっと取り入れていきたいと思います。



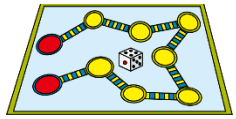






《活動予定》

12月



♪ 今月の歌　『 ロンドン橋 』 ♪

月		火		水		木		金	
						1	ボッチャ 散歩 （テーブルカーリング）	2	すごろく クラブ
5	的当て・ボール 風船飛ばし	6	ゴルフ 散歩 （ボール運動）	7	ボウリング 障害物競走	8	わなげ 散歩 （ストレッチ運動）	9	**餅つき** ―――
12	キャッチボッケー サーキット運動	13	ピンポン　カップイン 散歩 （芋ほりゲーム）	14	壁絵作り キックターゲット	15	すごろく 散歩 （だるま落とし）	16	黒ひげ危機一髪 **忘年会**
19	テーブルカーリング 魚釣りゲーム	20	ボウリング 散歩 （風船飛ばし）	21	ボッチャ ストレッチ運動	22	的当て・空気砲 散歩 （障害物競走）	23	ゴルフ ピンポン　カップイン
26	作業訓練 キックターゲット	27	わなげ 散歩 （大漁はだ～れ？）	28	大掃除 ―――	29	――― ―――	30	――― ―――

NOZOMI

発行：〒822－0005　直方市永満寺 2978－2
社会福祉法人のぞみ福祉会
℡０９４９－２５－０５２８
URL　http://www.nozomien-noogata.com
発行日２０２２年１２月２０日（第 286 号）

餅つき



１２月９日（金）、年末恒例の**餅つき**を行いました。毎年、天気が気になりますが、今年も天候に恵まれ、絶好の餅つき日和！無事開催することが出来ました。利用者のみなさんも、掛け声とともに力強く杵を振り、つきたての餅を見て「美味しそう！！」と歓喜の声が出ていました。お餅は、きな粉餅やぜんざいにして、さっそくその日の給食でいただきました。つきたてのお餅は本当に美味しいですね。



















紅葉狩り



１１月２４日（火）、花公園の側にある、**紅葉の森**へ紅葉狩りに行きました。遊歩道に落ちた葉が、赤や黄色の絨毯のように足元を埋め尽くし、頂上の東屋には見事に真っ赤に色づいたもみじの木もありとてもきれいでした！ 利用者の皆さんは散策の途中、落ち葉を拾ったり、どんぐりを探したりと、それぞれの秋を感じているようでした。



















《１月の予定》

1/4　（水）**新年行事**

1/6　（金）クラブ

1/10　（火）嘱託医検診

1/19　（木）誕生会

1/20　（金）クラブ

1/25　（水）看護師巡回

1/27　（金）大掃除



※今月もお米の注文を受け付けています

グループホームだより



休日の活動の様子



１１月１９日（土）のおやつ作りで、**ホットク**を作りました。ホットクは韓国のお菓子で、白玉粉とホットケーキミックスを混ぜた生地に粒あんを包んでホットプレートで焼きました。柚子茶と一緒に美味しくいただきました。室内ゲームでは、**千歳飴掴み取りゲーム**をしました。筒状に巻いた紙を千歳飴に見立て、箱から交互に掴み取り数を競い合いました。また、１２月３日(土)、昼食作りで**クリスマスプレート**を作りました。コーンピラフにピックを立て、うずらの卵や枝豆の入ったミートローフ、ウインナー入りのナポリタン、トマトときゅうりのサラダをみんなで手作りしました。ミートローフはきれいな形に仕上がり、お味の方は・・・、完璧でした！！ 午後のゲームでは、口の開いたサンタさんのパネルにアメを投げ入れるゲームをしました。上手く口の中へ入ると、自然とガッツポーズが出ていました。






















カリブ通信

（生活介護事業Ⅱ）

寒さも厳しくなってきましたね～。早いもので今年も残りわずかになりました。年内最後のカリブ通信では新しい活動**「キックボウリング」**を紹介します。投げて転がすのではなく、ボールを蹴ってピンを倒すボウリングゲームです。ストライクを目指して１０本のピンをめがけてしっかりボールを蹴っています。ピンが倒れると満面の笑みが出ますね！











《活動予定》

1月

♪ 今月の歌　『 しょうじょうじのたぬきばやし 』♪

月		火		水		木		金	
2	―――	3	―――	4	**新年行事**	5	ピンポンカップイン	6	すごろく
	―――		―――		**新年行事**		散歩（サーキット運動）		クラブ
9	―――	10	ゴルフ	11	的当て・空気砲	12	黒ひげ危機一髪	13	ボッチャ
	―――		散歩（だるま落とし）		風船飛ばし		散歩（キックターゲット）		ストレッチ運動
16	ボウリング	17	テーブルカーリング	18	わなげ	19	キャップホッケー	20	壁絵作り
	ボール運動		散歩（魚釣りゲーム）		障害物競走		散歩（キックボウリング）		クラブ
23	ボッチャ	24	ピンポンカップイン	25	黒ひげ危機一髪	26	ゴルフ	27	的当て・ボール
	ストレッチ運動		散歩（芋ほりゲーム）		サーキット運動		散歩（風船飛ばし）		テーブルカーリング
30	わなげ	31	大掃除						
	キックターゲット		散歩（大漁はだ～れ？）						