

はあとの森瓦版

2021.10月発行



ハートの森大学編

7月



↑ 多肉植物教室



↑ 多肉植物の寄せ植え



↑ ヨガ教室①



7月は多肉植物教室、ヨガ教室を行いました。多肉植物教室では、多肉の生体を学んで頂いた上で、寄せ植えを行いました。数種類の中から好きなものを選んで頂き、可愛い飾りを添えて完成！

ヨガ教室では、椅子に座って行う「椅子ヨガ」を行いました。呼吸を重視して行うヨガは、身体だけでなく心を整える作用もあるので、とてもおすすめです！

8月

8月は写真教室とヨガ教室を行いました。写真教室では、構図を学んだあと、皆様にそれぞれお持ち頂いた思い出のお写真についてお話をして頂きました。思い出のご旅行、自然風景、日常のひとこまなど、どれも素晴らしいお写真でした。ご持参いただいたお写真を飾り、写真展も行いました。二回目のヨガ教室では、少し動きを増やした応用編を行いました♪



↑ 写真教室



↑ 写真展

9月



↑ 防災教室



↑ スマホ教室→



9月は防災月間ということで、防災教室を行いました。もしもの場合に備えておくことは非常に大切です。教室では、必要な防災用品の確認や、避難制度のご説明を行いました。恒例のスマホ教室では、基本操作に加え、便利なアプリをご紹介しました。回を追うごとに便利に使いこなしていってほしいです♪

日常編

サークル活動

吊るし雛作り、和紙ノート作り、お菓子の話の会、東京オリンピックの会、旅行の会などを行いました。お好きなことや、お得意なことだけでなく、新しい分野に思い切って踏み込んで頂く方も多くいらっしゃいます。皆様がとにかく楽しいと感じてくださるよう、これからも様々な企画をご用意して参ります♪



↑お菓子の会



↑東京オリンピックの会～昭和39年～



↑和紙ノート作り



↑吊るし雛

日々の作品作り

切り絵や貼り絵、木目込みなど、様々な作品作りを行っています。どれも驚くほど素晴らしい作品ばかりです！細かく根気のいる作業も多いですが、皆様集中して取り組んでいらっしゃいます。完成し次第、展示させて頂いております♪



↑天然木アート



↑切り絵



↑押絵



↑木目込みアート



↑お月見飾り

夏祭り

年に一回の夏の風物詩、夏祭りを行いました。昼食は、お好み焼き、枝豆、ポテトフライ、きゅうりの一本漬けなどの夏祭りメニューをご用意しました♪午後は、『型抜き』に挑戦して頂きました。毎年曜日を変えて行っておりますので、来年もぜひお楽しみに！



敬老会

9月20日は敬老の日。前週の一週間はお祝いの会を行いました。お昼は天ぷらやお赤飯入りの手作り松花堂弁当を召し上がって頂きました。また、日々の感謝を込め、ささやかながらコスモスの写真立てを贈らせて頂きました♪

ご利用者様の最高年齢は男性99歳、女性98歳となりました。非常にお元気でいつも熱心にリハビリを頑張っております！皆様いつまでもお身体を大切にお元気で過ごしてください♪

