

みずべの苑 あんしんセンターだより

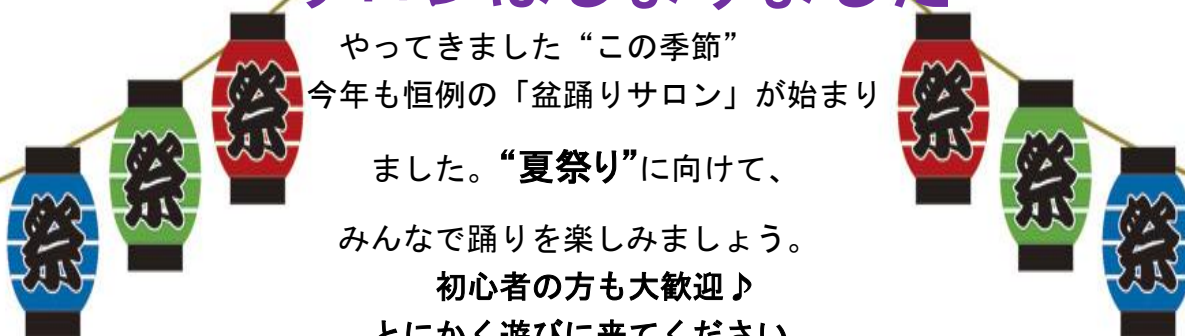


第48号 '15. 7. 1

盆踊り

サロンはじまりました

やってきました“この季節”
今年も恒例の「盆踊りサロン」が始まり
ました。“夏祭り”に向けて、
みんなで踊りを楽しみましょう。
初心者の方も大歓迎♪
とにかく遊びに来てください。



開催日時: 7月 5日(日) 15:00~16:00

13日(月) 10:30~11:30

19日(日) 15:00~16:00

28日(火) 19:00~20:00

場 所 : 特別養護老人ホーム みずべの苑

1階 地域交流スペース

☆☆みずべの苑 夏祭り☆☆

夏の風物詩となりました“みずべの苑☆夏祭り”

今年も下記の日程で開催いたします。盆踊りや屋台など、今年も職員一同張り切って準備をしていますので、みなさんお誘いあわせの上遊びに来てください。

8月2日(日) 16:00 ~

特別養護老人ホーム みずべの苑 1階

裏面もあります

～懐かしサロンを開催しました～

志茂5丁目で毎月第2金曜日に「懐かしサロン」を開催しています。「懐かしい」をテーマにしたこのサロン、折り紙で季節の作品を作ったり、昔話に花を咲かせたりしています。来月(7/10)は折り紙での作品作りの他、落語の上映会を予定しています。是非、遊びに来てください。

～家族介護者教室を開催しました～

あんしんセンターの根本保健師による栄養の講座を開催しました。

鏡に映る身体すべての物がタンパク質からできているようで、

- ① 肉・魚・乳製品・大豆を中心の献立を
- ② 各食事で1品はタンパク質をとる
- ③ 油の使いまわしをやめる

今日からできる食事改善してみませんか？

★7月の行事予定★

日時	名称	内容
7月3日(金) 14:00～15:30	神谷なつかしサロン 場所：神谷ふれあい館	懐かしいあの歌、この歌、みんなで歌いましょう。お茶やコーヒーもご用意しております。
7月6日(月) 9日(木)24日(金) 10:00～12:00	井戸端サロン 場所：特別養護老人ホーム みずべの苑 1階	年齢、性別も問いません。昨日見たテレビのこと、最近あった楽しかったこと、悲しかったことなど…お茶を飲みながら、お話ししませんか？
7月9日(木) 14:00～16:00	家族介護者教室 「脱水予防・熱中症対策！」 場所：志茂東ふれあい館	夏本番に向けて「脱水予防」の勉強をしませんか？水分の摂り方を工夫するだけで、身体がすっきりしてきます。
7月10日(金) 14:00～15:30	懐かしサロン 場所：志茂5丁目民家 *詳細はお問い合わせください	みずべの苑は遠くて…と言う方、是非遊びに来てください。今月は折り紙で「キティちゃん」を作ります。落語の上映会も予定しています。
7月13日(月) 14:00～16:00	ふれあいサロン 場所：志茂東ふれあい館	今月はおなじみの「さくら体操」で身体をほぐした後「カード入れ」を作成します。
7月15日(水) 13:30～ 15:30	介護者こんだん会 場所：特別養護老人ホーム みずべの苑 1階	介護者にしかわからないことって、ありますよね。介護をしている方、介護をしていた方同士で、色々なお話しをしてみませんか。きっと元気が出ますよ。
7月16日(木) 10:00～11:30	大人の折り紙くらぶ 場所：特別養護老人ホーム みずべの苑 1階	今回は「夫婦鶴」を作成します。みんなで教え合いながら、楽しく作成していますので、ぶきっちゃんも初心者さんも遊びに来てください。
7月30日(木) 14:00～16:30	映画サロン 「佐賀のがばいばあちゃん」 場所：志茂東ふれあい館	島田洋七のベストセラー小説の映画化。超貧乏なばあちゃんの家に残された少年と明るく楽しいばあちゃんとのハートフルコメディです。

発行元：みずべの苑高齢者あんしんセンター
〒115-0042 北区志茂3-13-5 信濃ビル1階
☎ 5941-6722 FAX 5941-6723

「みずべの苑高齢者あんしんセンター」は北区からの委託事業により、地域の高齢者の相談窓口の仕事をしております。

