## デイサービスからのお知らせ

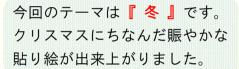
### 冬の貼り絵が完成!



# 薬 雪が降ってます 🔞









雪に見立てて、お花紙を丸め たものを、張り付けました。



製作風景です。とてもたくさん 作って頂きました!!実際に 約300個、使いました。

## 根岸の湯 タバージョン!

浴室の飾りを

冬の季節の

ものへ

## 足で脳トレ?





普段、あまり意識しない所を動かす事で脳の血流が 良くなると言われています。そこで、今回は足の指を 意識して動かすレクリエーションを行いました。





まずは、ウォーミング アップです。新聞紙を 足指で丸めて、広げま す。結構、難しい!!



ゆず湯で香りも楽しみました。 今回は白い入浴剤のお湯と 一緒にゆずを入れてみました。





本番は綱引きならぬ、足での新聞紙の引っ張り合いを しました。足指をしっかり使わないと引っ張れませ ん。「足の指って以外に動かせないね」「これから意識 して動かすようにするより新鮮な体験になりました。

### 今月のボランティアさん

#### レクリエーション時間 午後2時~2時45分頃

2/6 (水) みんなで歌おう ☆ 彼岸花の会

2/8 (金) 午前 折り紙ボランティアさん

2/13(水)アロマハンドマッサージ

2/15 (金) ギターと歌 ☆ 森屋さん&相沢さん

2/21 (木) みんなで歌おう ☆ 彼岸花の会

2/28 (木) 三味線 ☆ 音緒の会

レクリエーションの内容や日程は変更することがあります。

### デイサービス見学について

「デイサービスってどんなところ?」 「入浴できるって聞いたけど…」など興味のある方、 介護認定を受けていない方でも是非見学にお越しください。 お待ちしています。

また、レクリエーションにもご参加いただけます。 左記の「今月のボランティアさん」で予定をご確認ください。

#### く おねがい >

見学を希望される方は、事前にご連絡ください。 見学時間は、午前10時~午後3時とさせて頂きます。 担当:吉田•橋詰

### ボランティアさん大歓迎です!!

#### ①芸達者ボランティアさん

歌、楽器演奏、手品、朗読、落語、踊り、体操などの特技を披露してくださる方

#### 2ちょこっとボランティアさん

食器洗い、お茶の配膳、ドライヤーのお手伝いなど、お力、お時間をちょこっと貸してくださる方

#### 3 お相手ボランティアさん

折り紙や手芸、絵画、書道などを教えて下さる方。囲碁、将棋、トランプ、オセロなどを一緒に楽しんでくださる方、

★お問い合わせ 担当:橋詰·吉田 よこはまいきいきポイント対象施設

よこはまいきいきポイントとは…65歳以上で一定の研修を受けた方が対象施設でボランティア活動を した場合にポイントが付与される制度です。詳細はお問い合わせ下さい

### 活動中のボランティアさんを紹介します

かしむら ゆきかず

お名前:樫村 行一 さん

活動内容:利用者さんの将棋の相手

○ボランティアをしようと思ったきっかけ

他のケアプラザのイベントで将棋を楽しんでいた所、そちらの職員さんからボランティアのお誘いを 受けて、始めました。根岸ケアプラザには知人の紹介で約1年前から伺っています。

○ボランティアのやりがい

やっぱり、色々な人と将棋が出来るのが楽しいです。皆さんとてもお強いですよ。最近はオセロも 始めました。勝ち負けには拘らず、ゲームを介して皆さんと交流出来るのも楽しみです。

樫村さんのお蔭で将棋やオセロを始められる方も増えています。

これからもよろしくお願い致します。(橋)

横浜市根岸地域ケアプラザへのご意見、ご要望、お気づきの事、改善して欲しい事 などお伝えください。館内設置のご意見箱またはQRコードをご利用下さい。



