

みゆき苑だより

vol.2

H21. 2. 20 地域交流館 みゆき苑 Tel. 0968-74-2466

0120-931-725(フリーダイヤル)

通所介護(2階)、有料老人ホーム(3階)が

オープンしました!

立春を迎え、まだまだ寒い日が続きますが、皆様いかがお過ごしでしょうか。1階地域コミュニティスペースのオープンに引き続き、2階通所介護(デイサービス)、3階有料老人ホームが2月1日よりオープンいたしました。

みゆき苑に訪れる方、ご入居された方が心身ともに健やかに、また安心して楽しく過ごしていただける空間を目指し、スタッフ一同努力いたします。どうぞよろしくお願いいたします。尚、随時苑内の見学は実施しておりますので、ぜひお気軽にお立ち寄りください。

趣味の会 ~誰でも描ける絵手紙~

2月3日より絵手紙教室が始まり、3人の生徒さんが来ています。

「初めてだから描けません。」と言っておられた3人ですが、初めて描かれたとは思えない素晴らしい作品が出来上がっています。

「私はダメ」と言わず、まずは描いてみると「私は描ける!」と思いき、楽しくなります。また、絵を描きながらおしゃべりをしたり生徒さん同士の出会いも楽しまれているようです。

老若男女、90歳代の方も来ています。3人が描かれた作品を苑内に展示しています。ぜひ見に来てください!そして描いて帰りませんか。教室は毎週火曜日14時~となっておりますが、事前にご予約頂けるといつでもお気軽に参加していただけます。お待ちしております。



(写真の掲載はご本人の承諾を得ています。)

ちょっとしたぞき見! 運動療法室

皆様の健康増進並びに治療の一環としてみゆき苑の運動療法室をお役立て下さい。今回は「ニューステップ」という運動機器をご紹介します。

ニューステップとは、心臓循環器と筋肉系強化のための全身運動用マシンで、腕と脚の運動が同時または個別に可能で、腰や脚に負担の少ない足踏み運動ができます。また、子供からお年寄りまで幅広く楽しんでいただけます。

運動療法は筋肉が鍛えられるだけではなくウエイトコントロールにもなり、より活動的になれます。また、ストレス解消の効果もあり、より心地よく安眠でき、自己イメージの改善にもつながります。ぜひご利用ください!



Afternoon

Let's lesson 14

3月のお知らせ

(14時スタート)

3(火) 絵手紙

9(月) 水彩色えんぴつ画(13時~)

10(火) 絵手紙

16(月) ケーキ作り教室 ~おいしい時間~

17(火) 絵手紙

23(月) 水彩色えんぴつ画(13時~)

24(火) 絵手紙

27(木) 「岩崎原ルーツをたどれば高瀬藩」 話し手 森 高清先生

31(火) 絵手紙

※各教室に参加の際には事前にご連絡ください

いつでもどうぞ!...紙芝居、読みきかせ、絵手紙、色えんぴつ画

年齢問わず
個人でもグルー
プでもどなたでも
参加できます!