

みゆき苑だより

Vol. 3

H21.3.20 (株)-久 地域交流館 みゆき苑 TEL:0968-74-2466

やわらかな日差しの中、木々の芽やつぼみも
ふくらんで春の訪れを知らせてくれています。
早いもので3月も半ば... 地域交流館1階の
コミュニティスペースを皆さんも利用してみませんか。

只今、各教室が開催されていますが、和気あふみの
雰囲気ですとも楽しそうに皆さん参加されています。
教室以外にも音楽コンサート、ダンス、映画鑑賞、セミナ
ーシホジウム 各種講座、展示会等いろいろな催し事に
利用していただけます。是非ご利用下さいませ。

ちょっとのぞき見! 運動療法室 ~PART 2~

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「ドクターメド」(エアマッサージ機)を紹介しまし
ます。

ブーツ状のエアバッグを履いてスイッチを入れると空気圧で脚をしめたり
ゆるめたりします。これを繰り返すと血液とリンパ液の
流れを促進し、マッサージ効果、血行促進、疲労回復、
筋肉の癒れ、コリをほぐします。脚が軽くなる、夕方に
なると癒れが早い、マヨイサキイ人などにお勧めです。
空気が抜けた瞬間、フッと脚が軽くなる感覚が
気持ちいいです。みゆき苑がリラックスしませんか?



Afternoon

Let's lesson 14 4月スケジュールのお知らせ
(14:00スタート)

予約
受付中

- 4/1(水) スタッフによる勉強会 車での移動
~介護について~ vol.3
- 3(金) 絵手紙 (10:00~)
- 6(月) Nobody's Perfect プログラム
- 7(火) 絵手紙
- 10(金) 絵手紙 (10:00~)
- 13(月) Nobody's Perfect プログラム
水彩画人びろ画 (13:00~)
- 生け花
- 14(火) 絵手紙

- 15(水) スタッフによる勉強会 本場の春に
~介護について~ vol.4
- 17(金) 絵手紙 (10:00~)
・簡単おやつづくり(勉強会へ幼児食)
=さつまいもとレシンのオレンジ湯=
- 20(月) Nobody's Perfect プログラム
- 21(火) 絵手紙
- 24(金) 絵手紙 (10:00~)
- 27(月) Nobody's Perfect プログラム
水彩画人びろ画 (13:00~)
- 生け花
- 28(火) 絵手紙
- 30(木) 陶芸

陶芸サークル
はじめました!!
陶芸好きの方
お待ちしています。

一緒に楽しみましょう!
「陶芸の会」募集中です。

久しぶりに子供にゆって粘土遊び!
(親子でもOK!!) 世界でひとつしかない
マイ・カップ! 年齢に関係なく粘土に
触れ、形を覚えて楽しみませんか!!

3月27日(金) 14:00~1階コミュニティスペース
森 高清水先生の講話
「岩崎原ルーツをたどれば高瀬藩」
いまは閑静な住宅街。140年前は高瀬藩の
お守り人達が闊歩していました。
タイムスリップして往時の高瀬藩をのぞいて
みませんか?

テイスセクター
みゆき苑

春の足音が近づくみゆき苑に2、3月中旬に
テイスセクターの利用者様と園芸を行いました。
チューリップの球根と花の苗を植えました。久しぶりに
土いじりをされた利用者様からはとびきりの
笑顔がみられました。花が咲くのを皆様も
待ちされています。次は何を植えるか
皆様楽しみに相談
されています。



(写真の両端は流しの水を得ています)