No. 154　2024.4.1

# かしの木だより

つなぐ安心　明日もいきいき
助け合い、笑い合い、この街で暮らす…

医療生協さいたま
ケアステーション
かしの木
草加市草加1-8-13
☎048-942-7533

## かしの木園芸通信　は～るがき～た～♬　は～るがき～た～♪どこに～きた～♫

3/19新しく作ったおはな畑に、みんなでお花を植えました。春を彩る芝桜、おひさまの会で育てたキンセンカの苗、マーガレット、そして左奥には、ブルーベリーの苗、２.３年後が楽しみです。最初渋っていた入居者さんも、土を触ると生き生きとし愛情込めて植えていました。おひさま農園には、男爵とメークインの植え付けをしました。玄関先やテラスのチューリップも成長中、どんな色が咲くのか待ち遠しいですね♬

## 3/24　昼下がりのバイオリンコンサート

入居者の廣瀬様の娘様によるバイオリンホームコンサートがＧＨのリビングで行われました。介護士坂口さんとのギターセッションも素敵でした。「星に願いを」「G線上のアリア」などの演奏にうっとり。「ふるさと」や「春」などを音色に合わせてみんなで熱唱しました。「バイオリンの音色に心洗われ、若返り、元気になった人ー！？」みんな「はーい」と手を挙げていました。

## ３/１１　垂直避難！訓練

大雨で1Fが浸水！2Fへ避難！ｴﾚﾍﾞｰﾀ停止！を想定した訓練を実施。車いすに乗った男性ｽﾀｯﾌを4人の女性ｽﾀｯﾌで2階まで楽々運ぶことができました。

送迎運転手　玉水　康二

この度、仕事を探していたところ、縁があり、看多機にて水曜日の送迎の運転をさせてもらうことになりました。まわりの方の親切な助言があり助かっています。かしの木サロンでギター伴奏もしているので歌いに来てください。お待ちしています。

介護士　吉田　桂子

草加で生まれ育ちました。植物や生き物を種や卵から育てるのが好きです。グループホームの皆さまと一緒に穏やかで幸せな時間を過ごしていきたいと思っています。どうぞよろしくお願いします。

小板橋さんちの
イチゴちゃん(１１歳)

## “笑い”は「内臓の体操」

毎日１回は、おかしくなくても、両手を広げてハッ！ハッ！ハッ！ハッ！と笑い声を出しましょう！
表情筋を鍛え、自然と表情が豊かになり、しわやたるみも予防できます。また、笑っているときは心拍数や血圧が上がり、呼吸も活発となります。

## かしの木ひろば・おひさまの会イベントのお知らせ

お気軽にお越しください。

| | | |
|---|---|---|
| 4/11（木） | 折り紙教室（要予約　100円） | 10：00～12：00 |
| 4/15（月） | ちぎり絵教室（実費） | 10：00～12：00 |
| 4/16（火） | かしの木サロン（100円） | 13：30～15：00 |
| 4/18（木） | 女子活のススメ(要予約) | 10：00～11：30 |
| 4/19（金） | 介護者のつどい | 13：30～15：00 |
| 4/25（木） | パステル教室（要予約　300円） | 10：00～12：00 |
| 5/1　（水） | やさい市 | 10：00～12：00 |

※日時等変更になる場合もありますのでご了承下さい。

## ４月からパワーアップ！！

かしの木だより編集員会は、新生「かしの木むぎわら帽子委員会（仮）」になります。

かしの木だよりの発行等の広報活動だけでなく、かしの木の施設全体が、地域に根差した過ごしやすい、憩いの場となる様、環境面も整えていきたいと思います。

よろしくお願いします。