



# なごめーる from デイケア



徳山静養院 デイケア  
『和み』活動報告新聞  
2021年3月19日  
第20号発行(春号)

今回は20号記念として特大号にしてみました。記事も写真も盛りだくさんですよ♪

徳山静養院のデイケア『和み』について 当院のデイケアでは、メンバー同士の交流や料理、スポーツ等の活動を行い、その中で人になじみ病気の回復を図ることを目的にしています。

## 散歩

春の訪れを確かめに、緑地公園の梅の里に行きました。紅に近い赤い梅、桃色の梅、白に近い梅と咲き誇る花。冬が終わり、春がそこまでやってきました。

舞姫



## 懸賞クイズ

高い賞金狙いでクロスワードクイズに挑戦しましたが、解くのにかなり苦戦しました。自分の知識力の限界を感じました…

四十肩

## 新春の書

今年の書き初めとして、「活発」という字を選んで書きました。活発的に動ける1年にしたいとは思ってはいるのですが……。

四十肩



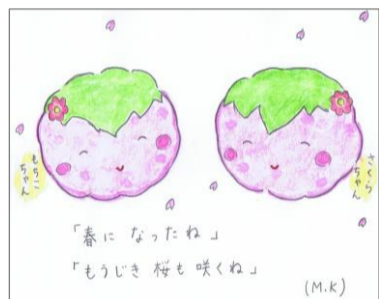
## ひなまつり

ひなまつりで桜もちを作りました。米の部分が少し足りず、下にできた米なしの部分に塩漬の葉っぱでそとかくしました。米とあんの甘味と葉の塩味が丁度よく、おいしく、春の息吹を感じました。

走り方@足軽

初めて桜もちを作って食べました。あんこを道明寺粉で包むのは難しかったです。味は、ニヤけてしまうほど美味しかったです。

ポニー



## 生花



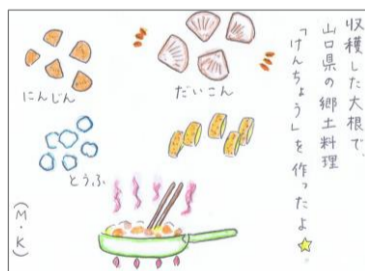
花車を作るのはとても楽しかったです。車輪も手作りで、家族に褒められました。花が綺麗に飾れて玄関が春っぽくなりました。

A.I

## フィットネス

3月から新たにフィットネスのプログラムが始まりました。一人が一畳ずつの広さを使って、普段使わない筋力を使いました。簡単そうな割に、1セット10回、3セットをやるにはかなりの体力が必要です。普段から歩いている人が一番軽々とこなしていて、羨ましかったです。次の日はバッチリ筋肉痛になりました。

N.K



## 新年会

ニラ餅とぜんざいを作って、食しました。そしてそれぞれの抱負を言い、又目標にむかって進み始めました。

Y.H

## ビリヤード



なかなか狙いを定めてボールを入れるのに苦労します。失敗するショットがかなり多いと自分では思います。

四十肩

## 園芸



デイケアのメンバーで大根と人参を植えて育てました。自分としては、出来はかなり良かったと思います。

四十肩

## 音楽鑑賞

2月17日、窓の外はぼたん雪。こたつに入って嵐のDVD "Are you happy?" を観賞。すごく盛り上がり、あったまりました。

Y.H

## 映画

1600年にあった日本の合戦史上最大の合戦である関が原の戦いを描いた作品でした。ただ単に合戦シーンだけを描いたのではなく、その裏にあった人間ドラマも同時に楽しめる作品であったと思いました。

N.E

※その他にも、ヨガ・リズムダンス・モルック・料理・お菓子作り・誕生会・創作活動・パソコン教室・ハンドメイド・SST・茶道・季節の行事など、たくさんのプログラムがあります。ぜひ見学に来てください。v(^~^)/

医療法人社団 共愛会 徳山静養院  
〒745-0811 山口県周南市五月町13-1  
電話番号 0834-31-1734