

# 敬老園だより

令和元年度 春号  
編集・発行 公益財団法人星総合病院(指定管理)  
三春町敬老園 広報委員会

新緑の時期、とても過ごしやすい季節となりました。  
皆様には、日頃よりお世話になり、誠にありがとうございます。  
年号も平成から令和となり、初心を忘れず地域の皆様との交流や地域の行事に参加させていただき、敬老園を理解して頂けるように今以上努力したいと思います。  
入園者の皆様が、元気で明るく楽しい生活ができるように職員一同、入園者の方と笑顔で生活ができる施設づくりに心がけてまいりますので、今後ともよろしくお願ひ申し上げます。

三春町敬老園 園長 原雅幸



## ★ 居酒屋 (2/19)



ソフトドリンクとおつまみで  
ホロ酔い気分♪



たのしいね

みなさんはメニューから  
好きなものを注文♪  
居酒屋気分を味わいました (\*^\_^\*)



BGMはカラオケ!  
懐かしの曲を熱唱♪

## ★ 春彼岸 (3/20)

心を込めて  
ゴシゴシ!

きれいにするぞー!



働いたあとの甘いものはサイコー!



お地藏さまも嬉しそう♡

## ★ お口の勉強会 (4/9)

歯科衛生士による勉強会を開催。  
誤嚥(ごえん)の怖さや食前体操、正しい歯磨きについて教えてもらいました。



誤嚥予防にも歯磨きが大切です!

口をふくらませる体操  
みなさんお上手!



入れ歯も外して  
念入りに洗いました

あーん



歯の治療中の田中さん  
気になる部分を見てもらいました。



## ★ 春の寿司祭り (4/16)

今年も元気寿司さんが来てくれました!



出来立てのお寿司を  
みんなで頬張りました♪  
とても美味しくて  
おかわりする人が続出!



おいしいお寿司を握ります!



握る姿から目が離せません!!



## ★ サックスコンサート (4/26)

サックスは何種類もある  
と聞いてビックリ!



ステキな  
音色に酔い  
しれました♪



## ★ 4・5月誕生会 (5/11)

今回は14名をお祝いしました!



おめでとうございます!



料理クラブお手製の  
「いちごヨーグルトムース」  
でお祝いしました♡



## ★ 芸能さくら祭り (4/20)

練習を重ねた踊りを披露しました。



振り付けもバッチリ  
そろっています!



エイエイオー!!



本番前に自主練習を  
しているところを  
パシヤリ!



練習を始めた頃は  
こんなにバラバラ...  
練習の成果は  
バッチリ!

## ★ 出張デパート (5/21)

この日の敬老園は衣料品がずらりと並んで  
まるでプチックのようです



気に入った服は  
まず、試着!

似合うかしら...



鏡でしっかり  
チェック!



新しい帽子で  
今すぐ出かけたがいね



# キラキラ★ふれあい広場

地域の方を対象に、健康に関する様々な講座のほか、気軽にできるストレッチ体操、茶話会を行っています。

今年度の健康講座はこちら♪

- 6月18日 知って防ごう熱中症※
- 7月16日 認知症って何だろう？
- 8月20日 みんなで笑顔😊 笑いヨガ  
人生の終わりについて考える～終活をしよう～
- 9月17日 おいしい介護食を作ってみよう
- 10月15日 転倒を防ぐストレッチ
- 11月19日 知って防ごう感染症  
～ 12月はお休みです ～
- 1月21日 笑って年明け😊 笑いヨガ
- 2月18日 認知症の対応について学ぼう
- 3月17日 肩こり改善方法と予防について学ぼう

※ 6月～11月は敬老園で開催します。  
1月～3月は三春交流館まほらで出張開催の予定です。

参加費無料！  
お気軽にどうぞ



## 笑いヨガ

笑いの体操とヨガの呼吸法を組み合わせた運動法。「笑い」が健康に良いとの研究から各地に広がっています。

講座の後はお茶を飲みながら  
楽しくおしゃべり♪



# ある日の敬老園



3/4

消火器や放水ホースを使って消火訓練をしました。



4/16

よいしょ、よいしょ

敬老園の畑でお花見をしました。桜の下で食べるヨーカンが格別！

5/18

宝物！  
とったと〜！



中妻小学校の運動会にご招待いただき宝物拾いに参加しました♪

5/20

ひ孫さんの結婚式出席のため久しぶりにパーマをました。服装もバッチリ！素敵な笑顔です！



星ヶ丘地区の田植えに参加。みなさん腕がなります！



# 青空農園通信

敬老園の畑「三春青空農園」は今年もいよいよ本格始動！

## じゃがいも

4/9 種イモの芽取り



芽を取るのも慣れたもの

4/16 種イモ植え



「キタアカリ」と「トウヤ」  
5kgずつ植えました♪

5/14 発芽



葉っぱが顔を出し始めました

5/25 追肥、土寄せ



日よけの笠が決まっていますね！

## さつまいも

5/25 黒マルチシート張り

5/14 耕うん作業



曲がっていないかみんなで確認しながら伸ばしていきます



## レタス



種をまいて芽が出るのを待ちましたが…待てど暮らせど…出ません…残念！！

5/28 さつまいも苗植え



農業指導員の市川さんに植え方を教えていただき、さっそく挑戦！！みんな上手にできました◎



畑のことならまかせて！

キュウリやトマト、ゴーヤも栽培中♪収穫できる日が楽しみです！



魚や肉が入っている発砲トレイを使って入園者さんと作製したカモメです。敬老園の玄関でみなさんをお出迎え！



風が吹くとスイスイ〜と動き出してなんと涼しげです。

※入所についてはお住まいの市町村へお問い合わせください。その他、見学等のお問い合わせはこちらへ↓

## 行事予定

- 7月 4日：音楽交流会参加
- 9日：お盆法要
- 11日：生花クラブ
- 16日：キラキラ★健康広場
- 18日：カラオケクラブ
- 23日：料理クラブ、6・7月誕生会
- 30日：昼食バイキング「オードブル」

## 養護老人ホーム三春町敬老園

〒963-7752 三春町字六升蒔50-1  
Tel. 0247-62-3618  
Fax. 0247-62-3659  
(塚原・有賀・熊田)





