



すずらん通信



9月号 令和2年9月10日 発行

数日前より、少しずつ暑さが和らいでいます。今日も雨が降ったりやんだり
と・・・秋の長雨・・・季節の移り変わりを感じます。皆様いかがお過ごしでしょう
か。室内で過ごすことが多い8月でしたが、心のあり方に不安を感じます。そろ
そろ散歩に出かけ、外の空気に触れ、風を感じ、草花の揺れる様子や空を見上げ
て頂きたいと思います。私事ですが、3月から趣味のフラメンコも中止し、極力
友達とも会わずの半年が過ぎ、チャレンジ精神が弱まるのを感じています。何か
出来ることは？と考え、朝陽を見る為に30分歩くことを始めました。運良く日
の出に出会えた時は、何か有難いものを頂いた気持ちになります。新しい事を始
めることは脳の前頭前野を刺激します。前頭前野は「考える」「記憶する」「アイ
デアを出す」など人間にとって重要な場所です。30歳を過ぎると老化が始まる
と言われています。会話することも効果的です。ホームでは利用者様や職員の話
し声や笑い声が多くあります。9月も頑張ります！

出前

1階の方は7月に、2階の方は8月に正木町の愛武寿司さんから出前をとりま
した。お寿司を食べることが出来ない方はうな丼をテイクアウト♡
寿司桶はとっても好評でした。食べることは楽しいですね。



別日にはかき氷を作りました。

9月18日敬老会

ホーム内で敬老会を予定しています。1.2階の皆さん合同で行います。
ご様子は来月号でお知らせ致します。

お知らせ

*岐阜の「第二波非常事態」宣言解除を受け、9月20日より面会方法の一部変
更させて頂きます。玄関での体調の聞き取りは継続し、面会場所を居室可とさせ
て頂きます。ご理解、ご協力をお願い致します。

*今年のすずらんまつりの開催は中止とさせて頂きます。