

寒冷の候、ご家族様並びに地域の皆様方には、平素よりグループホーム出東ララにつきまして、ご支援、ご協力いただき厚くお礼申し上げます。

グループホーム出東ララの利用者様は、風邪等罹られず毎日を穏やかに過ごしていらっしゃいます。冬季でも暖房等にて脱水にならないよう水分の補給や体調面に十分留意していきたいと思います。また、ご家族様等の面会時には、マスク着用や手消毒等の実施にご協力の程よろしく願いいたします。

施設長 上野秀美

## 元旦

## 書初め会



元旦には昼食におせち料理、午後からは抹茶と生菓子茶話会を行いました。お正月の音楽を聴きながら新年の決意を皆さん一人ずつ発表しました。



1月2日には、新春書初め会を行いました。ご自分のお名前や願いなど真剣な表情で集中して書いておられました。皆さんの思いが伝わる素敵な作品が出来上がりました！

## 絵馬に願いをこめました！

皆さん何を書くかとても悩まれておられました。ご自分のことだけでなく、ご家族の事を願われる方、世界平和を願われる方もおられました。ララの皆さんが元気に健康に過ごせますように…

## 琴演奏会～恵の会様～

1月24日琴演奏会がありました。新春にあわせた曲から始まり童謡など6曲披露されました。途中からは演奏にあわせて一緒に歌ったり手拍子したりとボランティアの方との一体感も生まれ、優雅な時間のなかにも楽しさもあり良い演奏会となりました。



重さ8キロの大根！

## 平成31年3月行事予定

- 1日 避難訓練
- 3日 ひなまつり会
- 13日・27日 往診
- 25日 カローリング
- 29日 誕生日お祝い

地域の方から大きな大根と赤大根をいただきました！皆さんあまりの大きさにとても驚いておられました。「これぞ！大根足！」とご自分の足と比べられている方もいらっしゃいました。早速、調理し大根煮しめにして美味しく頂きました！

先日、テレビ番組で「大人になるとあっという間に1年が過ぎるのはなぜか？」という問いがあり、その答えは「人生にときめきがなくなったから」というものでした。時間の感じ方には、心がどのくらい動いているかが重要で、心を弾ませること、期待で胸が高まるような気持ち、『ときめき』をどれくらい感じているかによって変わるそうです。ララの利用者様の一人一人の時間の感じ方も違うと思います。皆さんに少しでも『ときめき』を持たれるようなケアが出来るよう、そして、ララでの今年1年が充実したものになるよう、利用者様と一緒に『ときめき』を探していきたいと思っています。

(40代 女性職員)