

平尾

3月号



春の使者

「ねえーみてー、みてー」と孫が歓声を上げながら私の手をギョツとつかみ庭先へ。なんと、秋と一緒に植えておいたチューリップの芽がもっこりとしてを押し分けて顔を覗かしているではありませんか。「ドナルドダックのお口みたいだね」と私が言うとうと、またまた大喜び。童心の無邪気さに心が潤いました。幼い子供にとつて、まさに春の使者の大発見でした。厳しい冬超えを耐え抜いた球根達は、もうじききれいな花を咲かせてくれることでしょう。それからは、「さいたいー、さいたいー...」を、庭を通るたびに毎日のように口ずさんでいます。咲いたら、次はどんな感動が待っているのでしょうか。「あか、しろ、きいろー」だけでは終わりそうもないような気がします。

今年、例年になく寒さの厳しい冬でしたが、平尾荘ではインフルエンザやノロウイルスにやられることなく、みんな元気に春を迎える事が出来ました。豪雪による孤立集落に、高齢者が多かったのが心配でした。日ごとに日差しがぬくもりを増し、平尾荘の周辺でもひと雨ごとに草木が緑のお化粧を始めます。桜前線のニュースを気にしながら、入所者の花見の日がそのうち決まります。3月下旬か、4月早々か。寒から暖へ、季節の移ろいを実感し始め、静から動へ、私も何だかモゾモゾしてきました。

平尾荘 長白井 勝

節分と恵方巻き

平尾荘では、年男と年女の二人に今年1年皆さんが元気に過ごせるようにと豆まきと昼食には恵方巻きを食べました。



いちご狩り

2月13日(木)、蒲郡市にあるオレンジパークまでイチゴ狩りに出掛けました。今年は寒い日が多いため、イチゴの成長が悪いようですが、オレンジパークのイチゴはとっても甘く、沢山食べた方は、50個くらい食べていました。



口腔ケアの勉強会

2月12日(水)、後藤病院の歯科の先生と歯科衛生士さんに歯磨きの仕方と口の体操として『パタカラ体操』を教してもらいました。

パタカラと声に出すことで舌、唇やその周りの筋肉の衰えを予防することが出来ます。高齢になると筋肉や体力などの身体機能が低下しますが、ご飯を食べ、噛み、飲み込むという機能も低下します。

年をとっても美味しくご飯が食べれるようにパタカラ体操を行いましょ！



梅の花が咲き始め、春の気配を感じられます。寒い日が続いていますが、早く暖かくなるといいですね。

編集後記

お知らせ

- 3日 誕生会・雑祭り
- 8日 げんき会慰問
- 13日 希望夕食
- 19日 防災教室
- 26日 裏千家慰問



誕生者紹介

お誕生日
おめでとうございます♪

