

# サテライト 松風園だより

平成28(2016)年

3月1日 発行  
第47号

特別養護老人ホーム  
サテライト松風園

TEL(084)982-5586

デイサービス  
サテライト松風園

TEL(084)982-5691

福山市加茂町  
大字下加茂448番地

ホームページ

<http://www.shofu-kai.or.jp/>

## 大きな声で

2月はまだまだ寒く、外出はできないし...ということ  
でカラオケで盛り上がりました。

不定期で居酒屋をオープンしているサテライトに2月  
16日はカラオケルームができました。内装にはソファ  
ー、テーブルや雰囲気のある演歌歌手のポスターを使い  
ました。みなさん入口を開けると「うわぁ」と驚きの声  
が上がります。このカラオケルームは演歌や懐かしの歌  
謡曲、唱歌や民謡まで時間の許す限り歌いたい放題です。  
普段は広いリビングで行っているカラオケも今回はソフ  
アーに座り、肩と肩が触れるほどの距離。歌うことが少  
し恥ずかしい方も、隣りに座った方と自然にデュエット。  
時間はあつという間に過ぎ、「もう終わり? 2時間も経  
ったように思えんわ」、また途中から参加した方に「何で  
最初から来なかったん、楽しかったよ」「次は早くおいで」  
とみなさんに大好評。大きい声を出して歌うのは気持ち  
が良いですね。

【歌を歌うこと】は認知症の予防に効果があるそうで  
す。歌を歌うことでストレスを発散し、楽しんで歌を歌  
うことが、気持ちを切り替えるきっかけになります。  
みなさんも、青春時代の流行の歌を、口ずさんでみては  
いかがですか?



## 福は内

2月3日は節分。サテライト松  
風園に真っ赤な顔をした鬼が現れ  
ました。

「鬼は外」 福は内」

みなさんの元気なかけ声と豪快な  
豆まきに赤鬼も戦意喪失。

「参った・参った」と逃げ帰りま  
した。病気やけがの鬼を追いか払い、  
元気な一年をお過ごし下さい。



## 花みずき会

2月19日には、花みずきの会様。「春の海」等を琴と尺八で演  
奏されました。「春の海」は瀬戸内海の穏やかな情景がよく伝わ  
り、心落ち着く音色にみなさんうっとり。

2月24日には、虹の会様。日本舞踊や銭太鼓などを披露され  
ました。日本舞踊では、手の使い方や目線、ちよつとした仕草に  
よって、優雅に時に厳かに様々な表現をされました。

2月はまだ寒く外出できないなか、この  
ような慰問は入居者の方にとっても大変  
嬉しいですね。また是非お越しください。



花みずきの会様



虹の会様



# デイサービスの風景

無理せず楽しくいきいきと

春到来!!  
身体を動かしましょう。



腹筋と背筋を鍛えます。



エアロバイクで有酸素運動を行います。



上肢と下肢の筋力を鍛える運動です。



散歩でリフレッシュ



理学療法士による専門的なアドバイスが受けられます



足浴と足つぼマッサージ

「大丈夫ですよ」と励まされて一歩が出ました。  
(写真上)

がんばれ!

## 居宅介護支援事業所

【電話】084-972-8133  
まつかせ

居宅介護支援事業所とは、都道府県の指定を受けたケアマネージャー（介護支援専門員）が、利用者の生活（居宅サービス計画）の作成や、連絡、調整等を行います。費用は無料です。

クローバー



## サテライト松風会3月行事予定

12日(土) 手作りおやつ	(デイ)
14日(月) 居酒屋	(特養)
18日(金) 手作りごはん	(デイ)
26日(土) 出張理美容	(特養・デイ)
30日(水) 夕食作り 喫茶	(特養) (デイ)

## 松風会のホームページを開設しました

アドレスは以下の通りです。

<http://www.shofu-kai.or.jp/>

松風会 福山市

検索



「ご奉仕」  
・虹の会  
・花みずきの会  
様々

「ご厚志」  
ありがとうございます。

