



令和6.11月413号
 【つくし園】
 〒791-8041
 松山市北吉田町
 77-34
 TEL(089)994-8636
 FAX(089)994-8637

笑顔の扉

生活支援員 松田 香里

7月より支援員をさせていただいております松田と申します。
 まだまだ日は浅く利用者様ともお互いに様子を伺いながらコミュニケーションをとる毎日です。早く打ち解けあえればよいですが焦らず少しずつ自分に言い聞かせながらなるべく楽しいと思ってもらえるよう接しています。

私は長年高齢者施設で働いていたのですが笑いヨガの講習を受けたことがあり、笑うこと、笑顔になることは免疫力を上げたり血圧を安定させたりと健康面やリラックスマッサージで精神面にもかなり良い状態をもたらすというものでたとえ本心から笑っていなくてもハハハと声に出したり口角を上げるだけでも脳が笑っていること錯覚し効果を表すそうです。

つくし園に行ったら1回でも多く笑って帰っていただければという支援ができたらと新人でまだ未熟な目標かもしれませんが日々頑張っています。

集団行動の中ではやはり思うようにいかないことが多く不穏になったり落ち込むこともあるかも知れませんが、でも楽しい会話ができたり、創作活動でいい作品を作れたり、カラオケで楽しく歌えたりあの支援員さん面白い動きしていたなと思わずフツと笑えたり些細なことでもいいので笑顔時間が増えるといいなと考えています。

ウルフルズというバンドがとにかく笑えればハハハと笑えればと歌っていましたがまさにですね。

利用者さんの笑顔の扉をたくさん開けられるように頑張ります。ノックする支援を自分も楽しみながら取り組みたいと思います。



11月の開園日

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

・16日土曜日は開園日です。

11月の行事予定

- ・1日(金)・・・園外活動4班
- ・8日(金)・・・いもたき&ハロウィンパーティー
- ・14日(木)・・・インフルエンザ予防接種(希望者)
- ・29日(金)・・・避難訓練、月末大掃除



園外活動1班

10月21日 月曜日今治イオン新都市に行きました。
 当日は天気も良く、ドライブもかねての園外活動でした。
 到着してからフードコートで昼食を注文しました。
 利用者の皆さん以前から決めていたようで、ジュースと食欲をそそる音を鳴らしながらきたハンバーグ、チャーハン、オムライスなど食べたいものを選択され、美味しく召し上がっています。
 その後は本屋等に行き、買い物を楽しまれました。久しぶりの一日園外活動ということで利用者の皆さんも新鮮な気持ちで過ごすことができました。

文責： 竹野寛 藤岡奈保子

園外活動2班

10月11日 イオンモール今治新都市へ出かけました。天気にも恵まれ、絶好のドライブ日和になりました。車内では海を眺めて鼻歌を歌われる方、ぽかぽか陽気に誘われ、ウトウトと居眠りされる方もおられ、それぞれのドライブを楽しまれました。無事到着し、まずは腹ごしらえです。高知県の魚や肉が頂ける「龍神丸」で昼食タイムです。釜で炊かれたご飯は絶品で皆さん完食でした。続いて買い物タイムです。たくさんの店が並び、時間いっぱい楽しめました。



園外活動3班



10月4日 エミフルMASAKIに行ってきました。広い店内をグループに分かれてお目当ての場所へ。雑貨屋、文房具売り場、食料品売り場、本屋では偶然全員集合となりました。皆さんの手には個性あふれる本が…。昼食はフードコートで好きなものを注文しました。店舗の数が多いのでゆっくりと見て、決めていただきました。テーブルの上にはハンバーグ、カツカレー、かつ丼等人気メニューが並びました。鉄板の上の熱々の料理をフーフー言いながら気を付けて食べるとおいしさも格別でした。しばしの休憩の後再びグループ別に買い物に行きました。店内の端から端まで歩くとかなりの距離でした。通路にあるベンチに座って一息つきながら、ウィンドウショッピングも楽しみました。久しぶりの園外活動で買い物を満喫した一日でした。

園外活動4班

10月25日 ビックエコー松山衣山店に行ってきました。広めのお部屋を2つ借り、2班に分かれて、想いの曲を唄い楽しみました。また、今回はお部屋から料理を注文して食べるスタイルでした。ラーメン、焼きそば、スパゲッティ、唐揚げ、フライドポテトが次々と運ばれ、お部屋中がなんとも良い香りに……。ドリンクバーには温かい飲み物、ジュース、フローズン等があり、飲みすぎないよう職員含めて注意しながら、とてもゆったりとした時間を過ごしました。

