



活動室 1 活動報告

活動室 1 の皆で『よこはま動物園ズーラシア』に外出しました。去年度はあいにくの雨で出掛けられませんでした。リベンジを果たすことが出来ました。今回はその外出での模様をご紹介します。と思います。

これから始まる楽しいひと時に皆さん胸を躍らせているようです。



昼食は「わんどきっちゃん」で購入したお弁当を食べました!! 美味しそうですね～。



動物たちと記念撮影!!
皆さんいい表情をしていますね。



(ライオン)



(オカピ)

売店でひと休み…。当日は暑かったので冷たいものが美味しかったですね～。



動物を制覇するため足早にエリアを移動する方や、飲み物を飲みながら動物を眺めている方など、皆さん思い思いに楽しんでいました。今後も皆さんが楽しめるような外出を企画していきたいと思います。これからもよろしくお願いします!!

(活動室 1 職員 古谷健郎)





～新しい仲間から皆様へ～



水分担当
自動販売機

4月からみどり園の一員になりました。自動販売機です♪
もうみんな買ってくれたかな??これから暑くなるから水分補給はしっかりしてくださいね☆
当たった人はラッキー☆



健康担当
トレーニング
マシン

5月からみどり園の仲間になったトレーニングマシンです☆
毎月第二水曜に仲間たちが集まってトランスフィットネスをやっています。会議室に毎日置いてあるのでたくさん運動してね♪

私の至福の時間...



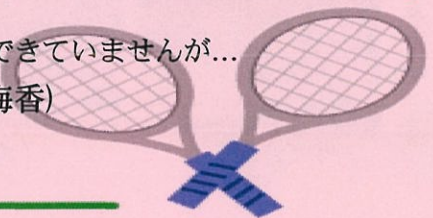
皆さんに、私達みどり園の職員をもっと知っていただきたいと思っております!そこで、このページでは毎月1人の職員の自分の好きな時間「至福の時間」を紹介していきます!



私の至福の時間は、テニスをしている時です。
中学で軟式を、高校と大学では硬式テニスをやっていました。
特に高校時代は、朝も夜もテニスばかりの毎日を過ごしていました。
真っ黒に日焼けをして取り組んでいました。

今は、当時の友人と懐かしい話をしながらテニスをする事が
楽しみです!ととてもリフレッシュできます!

みなさんは好きなスポーツはありますか?最近はあまりできていませんが...
今年の夏はたくさん体を動かしたいと思います! (鈴木海香)



★7月の予定

4日(水)全体外出『プール』

10日(水)健康診断①

21日(土)土曜サークル

30日(月)健康相談

31日(火)健康診断②



編集後記

梅雨に入りじめじめと湿気が多い日が続きますね。なんとなく気持ちも沈みがちに...という方が多いかもしれません。私もこの時期は少し落ち込みやすくなることがあります。そんな時は、梅雨の時期にしか咲かない色鮮やかな紫陽花を見たり、お気に入りの長靴や傘を使ったり、楽しい気持ちになれるようにしています。梅雨を楽しく乗り切る良い方法がある方はぜひ教えてください♪ (土屋)