

# ななてん

2018.8  
第137号

発行元：社会福祉法人 県央福祉会 横浜市中山みどり園 226-0011 横浜市緑区中山町 395-2  
Tel 045-931-8611 Fax 045-931-8626  
発行責任者 熊井さとみ



## 全体外出『プール』

2018年度の全体外出、記念すべき第1回目は『プール』!!『日産ウォーターパーク』でひと泳ぎしてきました!!準備体操を終え、まずは流れるプールでゆっくり身体を動かしています。中には浮き輪を持参して水の流れるに身を任せている方もいました。温かいジャグジータイプのプールやサウナもあり、皆さんリラックスした様子で楽しんでいました。また、館内にはウォータースライダーもあり、参加者の半数以上が挑戦しています。滑り終わった方は皆、どこかスッキリとした表情をしており、いい思い出になったようでした。

次回の全体外出は 11 月に『生田緑地』へ出掛ける予定です。参加予定の方は楽しみにして下さい!! (古谷健郎)

昼食は『日産ウォーターパーク』に併設されている『フードコートうさぎ』でとりました。その時の様子を少しだけご紹介したいと思います。



## 活動室4の外出報告

6/19(火)に、活動室 4 の外出で『横浜中華街』に行きました。『天香楼(てんこうろう)』という中華料理屋で、皆さんそれぞれに好きなメニューを選び注文しました。タンタンメンが一番人気で、額にいっぱい汗をかく程の辛さでしたが、皆さん美味しそうに食べており、中国の本場の味を楽しんでいる様子でした。食後は近くの『ベビースターランド』に行きました。焼き立てのベビースターラーメン、またはアイスクリームやジュース等を注文した後、利用者さんそれぞれがカフェスペースで飲食して、リラックスした時間を過ごしていました。おまけとしてもらったベビースターラーメンが、お土産になり嬉しかったです。みどり園の近くには『横浜中華街』だけではなく、利用者さんが楽しめる場所がたくさんあると思うので、今回のような外出活動で開拓していく、利用者さんの好きなことを広げるきっかけになればと思います。(江藤直樹)





# 活動室2の活動報告



活動室2では、散歩、調理、軽運動、音楽、制作など、様々な活動を行っています。制作活動では、8月の夏祭りに向けて、看板や夏らしい装飾作りをしています。いつもは作業で使っているキャップにのりを付けて同じ色ごとに並べてぺたぺた…。なんと！！とってもカラフルな虹になりました♪また、折り紙を切って紙皿にぺたぺた…。かわいいスイカも出来ました♪どのような仕上がりになっているかは夏祭りまでのお楽しみです。8月10日(金)10:30～みどり園にて夏祭りを行います。みなさん、遊びに来てくださいね★★★(土屋恵理)



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！



私は、尾瀬をトレッキングするのが大好きです。尾瀬は福島、栃木、群馬、新潟の4県にまたがった国立公園なので、まずどの登山口から入山するか決め、その近くのキャンプ場でキャンプをしながら日帰りに登ります。

尾瀬の自然を守る為、木道が敷かれ歩きやすく、固有の花々を見たり、小川に魚の泳ぐ姿や、湿原や尾瀬沼に写る山々はとても美しく、ひんやりとした風に吹かれながら晴れ晴れとした気分になります。次はどのルートで歩こうかな…と計画をしている時間もまた楽しいです。(島田清美)



## ★8月の予定



8日(水) **トランスフィットネス**

10日(金) **夏祭り**

20(月) **健康相談**

27(月) **家族教室**

### 編集後記

毎日気温が高く、まだまだ暑い日が続きますね。夏と言えば、冷やし中華、プール、かき氷などが楽しいこともありますが、心配なのは熱中症です。熱中症予防には水分補給！ですが、喉が渴いてからでは遅いようです。喉の渴きを感じる前に、こまめに水分を補給することが大切です。みどり園でも利用者さんへのこまめな水分補給など、熱中症対策を行っていきます。(土屋)