



## 「リース作り」に参加してきました

久我地区社会福祉協議会主催の「リース作り」に参加するため、久我自治連合会館に出掛けました。リース作りを教わりながら、久しぶりに会った地域の方との交流も楽しまれています。



オリジナルリースの完成♪



## 秋を感じに出掛けました



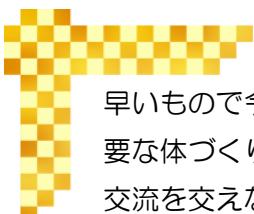
秋が一気に深まり、施設前の公園も色付いてきましたので、希望者を募って散歩に出掛けることに。屋内での歩行練習とは違って、平坦ではない路面もそれぞれのペースでしっかり歩くことができ、「気持ちいいなあ」と秋の風を感じておられました。公園の外周をひと回りされたあと、公園内で体操やおしゃべりを楽しんだグループもありました。



## お花の苗を買いに行ってきました



園芸クラブでは春に向け、テラスに植える花をメンバーで相談し、ビオラに決定しました。苗を買いに出掛け、寄せ植えにビオラとよく合うパンジーも購入。植え付けの時にはアームカバーを持参し、本格的に園芸に取り組む方も。水やりも日課になり大切に育てられ、今日もきれいに咲いています。



早いもので今年も残りわずかとなりました。今年は「人生 100 年時代を元気に生き抜くために必要な体づくり」をコンセプトにスマイル体操を発足させ、ご利用者や職員、地域の皆さんと一緒に交流を交えながら体操を行い、楽しいひと時を過ごすことが出来ました。

来年も皆さんと一緒に、いきいきと体操を続けていきたいと思っております。

年末年始のお休みは 12 月 30 日～1 月 4 日です。何卒宜しくお願ひ致します。

(尚、12 月 29 日の短時間ディはお休みですのでご了承ください)

