

## かけはし見学会

～グループホームしのびの皆さん編～

5月20日(土)、グループホームしのびの利用者様とスタッフ様総勢14名の方がお越しくださいました！かけはしの施設や活動の説明をさせてもらったあとは質問や貴重な意見を頂くこともできました☆スタッフ同士でも意見交換が出来るととても有意義な時間になったと思います！今後もまた、かけはしに興味を持ってくださった施設の方々へ見学・体験して頂ける機会を作っていきたいと考えておりますので是非お問い合わせくださいね😊お待ちしております！



令和5年7月号

ついに厳しい夏の季節が到来しつつありますね☀️  
今月の大きなイベントといえば七夕☆皆さんは何かされる予定はありますか？私は毎年なんとなくそうめんを食べたり七夕に合った料理を作ったりすることが多いです(^)ネットの情報だと七夕の日にするランキング第1位は「星空を見る」だそう。当日は雲や雨で隠れることなくきれいな天の川が見れたら嬉しいです(\*^▽^\*)かけはしでも七夕の日に合わせて活動を計画していますので是非お越しください！(♪写真は去年私が作った天の川風冷やし中華です。型抜きしたチーズや切ったオクラを散らすだけで少し雰囲気が出て可愛かったのにおすすめです笑)



## お知らせ

### ◆卓球活動について◆

今月から変わった点がいくつかあります。

活動日…**毎週水曜日**

時間…**13:30～14:30**

内容…**かけはしの利用者様だけでなく生活サポートコパン(同法人施設)の利用者様やスタッフも合同で練習や対戦を行う。**

先月から日程の変更や時間の調整などを少しずつさせて頂き、今月からこの形で活動を実施していくことになりました！参加される際はご確認のうえ来所いただきますよう、よろしくお願いいたします😊



## 第1回／ こころとからだの 健康講座

6月21日(水)、かけはしの新たな取り組みとして「こころとからだの健康講座」の第1弾を行いました！

外は雷雨という大変な天候でしたが、地域の方も足を運んで下さり、計8名の方にご参加いただきました☆今回は講師として、当法人所属の理学療法士である坂元先生をお招きし、フレイル



(加齢により心身が老い衰えた状態)についてお話していただきました。講座の中では、指標の1つである握力チェックや自宅のできるトレーニングなどを参加者全員で実施、学ぶことができました(\*^-^\*)参加して下さった方からは、



「毎月でもやって欲しいです！」「良い機会になりました！」と、嬉しい言葉をいただくことができました😊今後も様々な

テーマで開催予定です。どなたでも参加可能ですので、かけはしを利用したことがない方も是非ご参加ください(\*^▽^\*)

かけはしは様々な方が利用される場所になっておりますので、現在も感染対策として

『マスク着用』『手指消毒』

『換気』のお願いなどはさせていただきます。

ご理解とご協力のほどよろしくお願い致します。



