

28	26	23	19	12	1
水	月	金	月	月	木
眼科検診	精神科医来診	春のバス旅行	精神科医来診	内科医来診	体重測定

☆5月の予定☆



花菖蒲

藤の実学園だより

2014年5月号

2014年度にあたって

今年度は新採用の職員が5名配属されました。しかも、すべてイケメンの男性ばかり、これから、元気で明るく頼られる職員にしっかりと育てたいと思います。

藤の実学園の今年度の取り組みは、利用者の方・ご家族が、安心してご利用いただけるように、また、何かあった時には、気軽に相談していただけるような、そんな施設にしていこうと思っています。また、一つ一つのプログラム、行事、支援をワンランクグレードアップできるように、質を高めていきたいと思っています。

私事ですが、太陽の家所長も兼務することになり、責任の重さと緊張で身が引き締まる想いです。更なる飛躍をしたいと思いますので、ご指導よろしく願います。

なにはともあれ、元気に明るくそして毎日が楽しく過ごせるように、職員一同頑張っていきたいと思っています。



藤の実学園

八十島

清隆



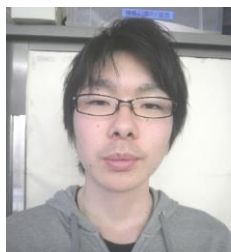
氏名：日野 隼人
趣味・特技：サッカー・麻雀
一言：何事にも全力で頑張ります。



氏名：高坂 元
趣味・特技：ダンス
一言：常に笑顔で頑張りたいです。



氏名：片岡 洋樹
趣味・特技：ダーツ
一言：安全第一で行動していきます。



氏名：横田 秀平
趣味・特技：カラオケ
一言：精一杯自分の出来る事を頑張りたいです。



氏名：松永 賢
趣味・特技：ボルダリング
一言：一生懸命頑張ります。

藤の実学園 新人職員紹介

4月調理（ほし・なぎさ班）

4月は「焼きそば」を作りました。利用者と協力をしながら野菜を切り、ホットプレートで野菜と麺を炒めました。

担当（田中・橋之口）



みんなで一緒に野菜を炒めます。



美味しいね！

春のバス旅行のお知らせ

5月23日（金）春のバス旅行を予定しています。詳細は後日お知らせを配布致します。お楽しみ！

担当（高安・長野）



太陽の家まつりのお知らせ

6月1日（日）太陽の家開設を記念した「太陽の家まつり」を開催いたします。今回もいろいろなイベント、各種模擬店を予定しております。担当（澤野・長野・高安）

海老塚さん・加納さん

ありがとうございます！

長年にわたり藤の実学園を利用されていましたが、そら班の海老塚博子さんが3月26日、なぎさ班の加納歩さんが4月4日をもって当学園を卒業されました。新しい環境に慣れ、これからも元気で過ごしてください。

藤の実学園より



海老塚さんは、藤の実学園に36年間通われていました。たくさんの思い出をありがとうございました！



加納さん、たくさんの仲間に囲まれて楽しい思い出をありがとうございました！

便秘に効くツボ・体操いろいろ

1日のうちで、朝はもっとも便秘が起きやすいとき。その時に、体操などで腹筋を使うと腸が刺激されてぜん動運動が高まり、便秘がより起きやすくなります。そのうえ、腹筋の強化にも役立ちますので力んだとき便を押し出す力がしっかり入るようになります。

仰向けに寝たまま両手は体の脇に置き、膝を伸ばしたまま床から足を持ち上げ、その姿勢を10秒程度キープする「足上げ」、バタ足と同じ姿勢のまま今度は左右交互に膝を曲げてかかとで軽くおしりをたたく「おしりたたき」など、お布団の中で出来る体操もあります。

朝目が覚めたら背伸びをして、おふとんの中で体操する・ほんの5分の早起きで便秘解消を目指しましょう。

看護師（渡辺・藤井）

あしがき

平成26年度が始まりました。今年度、新しい職員を5名迎え、藤の実学園にも新しい風が入ってきっているように感じます。昨年度の反省やご家族アンケートを踏まえて、サービスの質の向上に努めていきたいと思っております。よろしくお願い致します。

藤の実学園では、ゴールデンウィークに長久保公園、八部公園の2つのバザーに参加予定です。5月23日には、春のバス旅行があり、盛りだくさんとなっています。

体調を崩さないように、お気を付け、今季節を楽しみましょう！

担当（福田・石井）

「藤の実学園だより」5月号

発行 社会福祉法人 光友会

太陽の家 藤の実学園

藤沢市鵜沼海岸

6・6・12

TEL (0466) 33-1411

発行日 平成26年5月1日