



小針の郷だより



第21号

発行元 特定非営利活動法人ワーカーズコープ 小牧第二事業所
〒485-0037 小牧市小針2丁目572番地2 TEL(0568)71-2370

今年度5月号からの小針の郷だよりは、1月から再開した44の演芸ボランティアの活動を掲載させていただきます♪

また、各教室の様子等は小針の郷のホームページに掲載させていただきますので、「小針の郷」と検索して、是非ご覧ください！

一輪八重の会

今回で115回目を迎え、13年間行ってきました。メンバーは、20名程で、当初は春日井の病院で活動を行っていましたが、患者さんをロビーに下りて来てもらわなければいけない等で難しく、このような施設でやらせてもらえると聞き、皆さんに喜んでもらいたいという想いで行っております。



歌唱力抜群！

ゆきんこクラブ

2007年から活動をしていて、15年になります。メンバーは17人で、毎回お客様とお会いできるのを楽しみにしています。



もっと見たかった



とても良かった
楽しかった♪



トピックス

こちらのコーナーは、広報班の職員が毎月交代で、皆様に様々な情報をお届け致します。

小針の郷の花壇に春の訪れと共に、見事な一輪のチューリップがたくましく咲いた。

一輪のチューリップ

この花壇の名前は、利用者様の公募により「花輪庭」と名付けられ、球根もご利用者様の提供により人々の手を通じて植えられた。

開花を迎えるのに冬の寒さの厳しさも欠かせないが、それ以上に多くの人々の「支え」があったからこそ、美しく花を咲かせたに違いない。

今ある自分も、これまで多くの人々の「支え」があったことに「感謝」を忘れず、自分は自分らしく大輪を咲かせていけば良いのだ。



今月の健康だより

ごえんせいはいえん 【誤嚥性肺炎を予防しましょう！】



食べ物を飲み込んで胃に送り込む働き(嚥下=えんげ=機能)が加齢とともに低下すると、飲み込んだものが誤って食道ではなく気管に入ってしまうことで起こる誤嚥性肺炎のリスクが高くなります。誤嚥性肺炎は死に至ることもあるため、予防が重要です。

誤嚥性肺炎の予防のために次のことを行いましょう。

- * 滑舌良くしっかり話す
- * 歌を歌う
- * よくかんで食べる
- * 歯磨きやうがいで口の中をいつも清潔に保つ
- * 口の筋肉を鍛える



※ノドの筋肉の鍛え方については次回お知らせします。

《5月の医師健康相談(無料)》

日 時 5月18日(水) 14時~15時30分

担当医師 ひおき医院 日置 千広 医師

※都合により、時間、医師が変わることがあります。

小針の郷では毎月第3水曜日 14時から15時30分
小牧市内の医師による健康相談を無料で行っています。
ご本人だけでなく、ご家族についての相談も可能です。
お気軽にご利用下さい。

《筋力アップ・トレーニングマシン講習会》

日 時 5月20日(金) 13時30分~15時30分

二十四節気メモ

《立夏(りっか)5月5日》

夏の始まり。体に余分な熱がこもって、イライラしやすいので、アサリでクールダウンを。

《小満(しょうまん)5月21日》

湿度で胃腸が弱くなる時。そらまめと日光浴で身体を元気に。

小針の郷及び野口の郷は、小牧市在住の満60歳以上の皆様が利用できる施設です。

開館時間 9:00~16:30

※一般開放日は小牧市在住の60歳未満の方も利用することができます。

毎週土曜日・第3日曜日 開館時間 9:00~20:00



ホームページはこちら