

令和5年  
2月号  
ほのぼの



グループホーム  
松花園

〒729-3431  
広島県府中市上下町上下  
851番地1  
TEL  
0847-62-8322  
FAX  
0847-62-8323

広報部  
西宮・柿本



株式会社ディア・レスト福山  
〒720-1132  
広島県福山市駅家町  
大字倉光148番地

日中春らしさを感じる日もありますが、朝はまだ氷点下の日が続いています。電気代の高騰で節約を考えながらのこの寒さは辛いものがありますね。電気を使わないあったかグッズがたくさん発売されていますが、皆さんはどのように工夫をされていますか。

松花園ではとんどや節分行事の他に、みんな廊下を歩いたり、風船バレー等で身体を動かしています。血流が良くなると体温も上り抵抗力も付くと言われます。風船バレーを行うと、つい利き手ではない方の手を挙げられますし、落とすまいと反射的に足も出ます。数を数えるには声も出します。とて有効な運動になっています。楽しみながら手軽に行える風船バレーで体力つくりをしていきたいと思えます。

新型コロナウイルスも五類に移行され名称も変更となります。いよいよウイズコロナの時代です。しかし、今尚クラスターで苦労されている企業・事業者があります。他人事と捉えず、面会や行事等の再開に關しましては慎重に行いたいと思えますので、今後もご理解とご協力をお願いいたします。

春が待ち遠しい日々です。どうぞ体調を整えられお過ごしください。

柿本 明美





「鬼のパンツ」を踊りました

節分豆まき・集合写真











