

めぐみだより



第12号

吐く息が白く、本格的な冬の訪れを感じています。
行く年を惜しみながらも、新しい年に希望を馳せるこの頃、皆様にはお忙しい毎日かと存じます。今年もあとわずか・・・1年間、ありがとうございました。

Happy Christmas and all the best in the New Year



街中がクリスマスイルミネーションで美しく輝いています。織り成す光のバリエーションは、どんなに寒くてもつい足を止めて見入ってしまいますね。
さぁクリスマス直後からは一転してお正月ムードに。一年の最後の日『大晦日』です。この日はお正月に歳神様（としがみさま）を迎え入れる準備をする日です。この日だけは、みんな寝ないで歳神様がやってくるのを待ったと言われています。大晦日だけは夜更かしOKというのはここから来ているのでしょうか。

子ども用車いす

皆さんは「子ども用車いす」をご存知でしょうか。病気や障害が理由で“これがないと移動ができない”子ども達が利用しています。見た目がベビーカーと変わらず見分けるポイントがほとんどありません。様々な団体が独自にベビーカーと子ども用車いすを見分けるためのマークも作成していますが、まだまだ周知度は低いのが現状です。見かけられた方は、子ども用の車いすに温かい配慮を_____。

色んなマークがあります



クリスマス会♪

◎ホームでのひとコマ◎

12月22日にめぐみのさとにて、毎年恒例のクリスマス会を開催いたしました。今年は利用者さん・ご家族の皆様・職員も多数参加し、大賑わいとなりました。人数が多かったため、ホームは少しぎゅーぎゅー詰めだったかもしれませんが・・・(^^)；



今年はバレエショーやクリスマスソングの合唱など、いつもと違う新しいプログラムも用意してみましたが、皆様楽しんでいただけましたでしょうか◎??
また来年も楽しい時間を過ごせるよう、職員一同で企画等を考えていきます！参加出来なかった皆様も、是非来年お越しくださいね！
クリスマス会の様子はホームページにも掲載予定です。楽しみにお待ちください♪

素敵がいっぱい

◎外出先でのひとコマ◎

デイサービス明日堂さん主催のフェス、「あしたどうフェスWatch」に行ってきました。共同作品や、ステージ発表会などがあり、めぐみのさからも利用者さんが参加されています。ステージ発表ではいつもとはちょっと違う利用者さんの姿、一生懸命な姿にとっても感動いたしました。来年も素敵な作品・ステージが見れると嬉しいです。



1月の主な行事

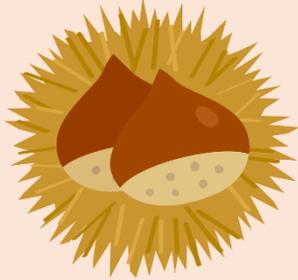
1月1日 元日（初詣）
1月7日 書初め

- ・新年のあいさつをしよう！
- ・初詣に行こう！
- ・みんなで書初めに挑戦しよう！

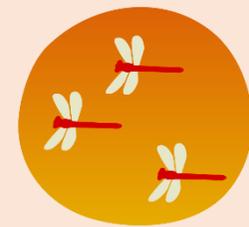
1月の保健目標

冷え性対策

寒い季節になると、手先や足先の冷えが気になりますね…。そんな冷え性対策のポイントは「温かい食事」「自律神経を整える」「血流を良くする」この3つ！食事と睡眠はもちろんの事、身体を締め付ける衣服や靴は避けたり、お風呂の湯船は40度ほどにすると血流が良くなります。たばこは血液の循環を悪くするので控えめに！



11月のようす



射的楽しい♪

山科 やったね！秋まつり



議員の富きくおさんと

あしたどうフェスに遊びに行ったよ！



恒例の野球対決

宝が池公園へ



僕はお散歩♪



電車で移動中も楽しそう！



どんぐり見つけ！！

南禅寺へ行ってきました



大丸の屋上でお絵かきしたよ

