



ここから元気

～こころとからだ「ここから」元気に！～

1
January



謹賀新年



新年明けましておめでとうございます。

スタッフ一同、本年も皆様とともに精一杯健康作りのお手伝い
ができるよう、心してそれぞれの業務に取り組んでいきたいと
考えております。

また、利用者様及びご家族様も今年一年が良い一年であることを
心よりお祈り申し上げます。



雑学王！

～七草がゆ～



正月七日の朝に、【七草がゆ】を食べる習慣がいまでも残っていますね！「七草がゆ」を食べると、その一
年、病気にならないと云われています。日本では江戸時代から一般に定着しました。

「七草がゆ」に入れる若菜は、時代や地域によって若干異なりますが、現在では、セリ・ナズナ・ゴギョウ・
ハコベラ・ホトケノザ・スズナ・スズシロの七種が一般的です。「七草がゆ」が定着した背景には、しきたり
とか、信仰的な側面ばかりではなく、正月のご馳走で疲れた胃腸を休め、青菜の不足する冬場の栄養補給をす
るといふ、実利的な効用もあると思います。

本来、中国歴のしきたりですから、現在の暦制度とマッチしません。お正月七日は、いわゆる「寒の入り」。
寒さが本格化する頃で、若草が生える時期ではありません。スーパーで「七草がゆセット」を買い求めてくる
ことになりますね！



お問い合わせはお近くの
「ここから」各事業所へ

「ここから」の事業所情報は、

<http://www.g-town.co.jp>

デイサービスセンター ここから安東

TEL 082-872-2900

デイサービスセンター ここから阿品

TEL 0829-36-6355

デイサービスセンター ここから己斐

TEL 082-507-1101

デイサービスブログ

<http://ameblo.jp/dscocokala/>

トレーナーブログ

<http://ameblo.jp/cocokala/>



毎年恒例！各事業所 クリスマス&大忘年会 特集



DS阿品

12月20日～12月24日にかけて、ここから阿品ではクリスマスイベントを開催しています。

昼食前に大抽選会を行い5名のラッキーな方にプレゼント。はずれた方にはお茶セットです。

そして、昼食後にはスタッフによるエアロダンス、組体操、歌、一芸披露、ダンスなど日替わりで1日に5演目行いました。

この日のために朝練、居残り練習をしましたが、皆様に楽しんで頂けたので、我々も達成感にあふれています。

年始もイベントを用意しておりますのでお楽しみにして下さい。



DS己斐

皆様にとって今年はどうな年だったでしょう？

私自身山形から広島へ来て右も左もわからないままデイサービスでの仕事をさせていただき何とか過ごせた一年でした。

世間では暗いニュースも多い一年でしたが、私たちは、難しいことは忘れて今年も元気に過ごせたことと利用者様への日頃の感謝をこめて忘年会を開催させていただきました。(水澤麗：談)



DS安東

今年も12月21日～23日の3日間、恒例の【ここやす会】を開きました。初日は昨年もお越しいただいた広島交響楽団のバイオリン奏者による演奏(21日)、2日目もトワイライト99(ボランティア)によるコーラス(22日)、そして最終日はCKL24(ここからグループ女性24名)の選抜5人組による演奏(23日)で連日アンコールの声援も飛びかい素晴らしい盛り上がりになりました。

来年度はなんと今回来ていただいたバイオリニスト(山根啓太郎さん)とスタッフとのコラボもあるかも!?



ここから俳句・川柳倶楽部



秋天の富士に集いし

米寿かな
阿品 上野 茂子

ヒガン花 猛暑のために 花さかず

安東 松本 邦明

紅葉も 雪に埋もれし

遠き山
安東 片山 伸生

車椅子 妻に押されて 紅葉狩

阿品 眞尾 竹馬

七回目 卯年生まれの 初日の出

己斐 長尾 照子