

Newスタッフ紹介



埜 龍之介 平成23年4月21日入社
初めまして！4月に新しく入った埜龍之介です。今年で23歳です。6月に新しくオープンする、ここからキャンパスでお世話になります。スポーツは主に陸上競技をしており、今でも駅伝やハーフマラソンを走っています。他にも映画や本、食べ歩きなどが趣味です。施設で見かけたら、お気軽に声をかけて下さいね。よろしくお願いします。



宮里 真容子 平成23年4月21日入社
初めまして。4月から己斐でお世話になっている、宮里真容子です。下の名前は『まゆこ』と読みます。己斐の印象は、賑やかでみなさん熱心だなと感じました。これから利用者様とコミュニケーションを取りながら、明るく！元気に笑顔で頑張ります。よろしくお願いします。

「ここからキャンパス」オープン！ 「ここからキャンパス」オープン！

ここから己斐から更に1km上がったところに「ここからキャンパス」がオープンします。フィットネスクラブとデイサービスの融合という広島初の試みで、地域の方々に期待された施設です。先日マシンの搬入が行われたので、早速見学に行ってきました。内装が広く、すべてピカピカでマシンも最新式！駐車場も広く言うこと無しです。次回はオープンした様子を報告させていただきます。ここから阿品 松田



管理者の桂です



新しいマシンがたくさんあります

パパになりました！

2011年3月29日にDS己斐の武田トレーナーに女の子が誕生しました！！
体重2418gで『奈々』と名付けたそうです。パパになった武田トレーナーより一言いただきました。「まだまだ実感がわきませんが、今この世の中だからこそ、思いやりのある子に育てたいと思います。」



トレーナーブログ

<http://ameblo.jp/cocokala/>
「ここから」の事業所情報は
<http://www.g-wam.co.jp>

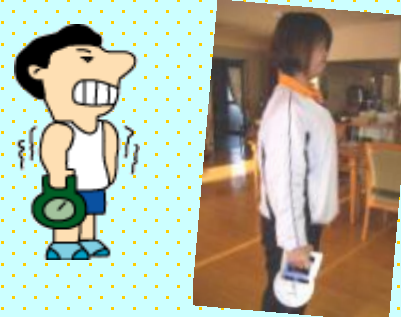


COCO KALA ここから元気 2011

～こころとからだ「ここから」元気に！～



安東で体力測定が行われました☆



4月11日(月)から安東で体力測定が行われました。3ヶ月に1度の測定ということで、今回初めて測定された方もいらっしゃいましたが、日頃のリハビリの成果を発揮されていたのではないのでしょうか。そして、今回は安東の職員にも体力測定をしてもらいましたので、その結果を発表したいと思います！！

体力測定種目	植中トレーナー	丸山看護師	久渡生活相談員
握力	右	38kg	30kg
	左	37kg	28kg
長座体前屈	右	15cm	13.5cm
	左	14cm	16cm
30秒間立ち上がり	38回	36回	40回
開眼片足立ち	右	2分	2分(ふらつき有り)
	左	2分	17秒
コメント	種目を行うにあたって、自分って負けず嫌いなんだなって思いました。	測定を始めたら、良い結果を出したいと思う気持ちが強くなり、一生懸命に頑張っちゃいました。	40代、代表として頑張りました。まだまだ、いけそうな気がする～♪(天津木村風)



体力測定前の元気な3人

20代、30代、40代を代表し、3名の職員による体力測定会をしてもらった結果・・・なんと30秒間立ち上がりでは、40代代表！久渡生活相談員がトップの40回！柔軟性もダントツでNo.1という結果でした。トレーナーも負けてはいられません。また機会を見つけて他の事業所職員にも挑戦してもらいたいと思います。ご期待下さい！！



頑張りすぎて、測定後にはみんなグッタリです。安東の皆様お疲れ様でした。

お問い合わせはお近くの「ここから」各事業所へ

ここから安東 TEL 082-872-2900
ここから己斐 TEL 082-507-1101
ここから阿品 TEL 0829-36-6355

まめでいきいき元気教室in廿日市

5月より、廿日市・大野地区の方を対象に「まめでいきいき元気教室」を開催することになりました。

この教室は週に1回福祉センター等の施設に集まり、個別のプログラムに沿って運動をしていただいたり、月に1度管理栄養士・歯科衛生士を招いて、栄養指導や口腔ケアの指導を行っていく教室です。

4月26日(火)に事前説明会を行い、参加者の方にどのような内容で教室をすすめていくか等お話をさせていただきました。

半年間行っていきますので、また教室の様子もご報告させていただきます。



事前説明会でお話を
する小松千一



廿日市のキャラクター
『はっちゃん』

いただければと思います。



今月のトリーナー報告

○地御前地区運動指導○

4月21日(木)地御前公民館、4月28日(木)地御前北集会所にて運動指導にここから阿品の濱が行って来ました。

地御前の皆様はいつも元気で逆に私が圧倒されるくらいです。

テーマは「自宅で出来るタオル体操」です。

タオルを使って、肩こり解消メニューを実施しました!

運動が始まる前に「最近、肩が凝って…」と

言われていた方も、運動が終わって帰られる時には

「なんかスッキリした!」とイキイキして

帰って行かれました。

是非、今後も自宅での運動を継続していただき、

また屋内に限らず、4月にできた

地御前キラキラ公園を利用して、屋外でも

しっかり運動していただきたいと思います。

これからは身体を動かすには

もってこいの季節ですが、水分補給はしっかりと!

ここから阿品 濱



タオル体操の様子



地御前キラキラ公園

5月5日は端午の節句です

五月五日に行われる行事が「端午の節句」です。男の子の居る家では鯉のぼりを立てて、五月人形を飾り、菖蒲湯に入ったりします。これは、父、母、祖父母達の思いが込められたもので、ご本尊の子供は、お祝いにお供えされる粽のぼうが楽しみです。

粽に人一倍の思い出のある人は、「背くらべ」を詠んだ童謡作家・海野厚だと思います。

歌に込められたエピソードを海野厚のプロフィールと共にご紹介します。

『背くらべ』

♪ 柱のきずは おととしの 五月五日の 背くらべ
粽(ちまき)たべたべ 兄さんが 計ってくれた 背のたけ
きのうくらべりゃ 何のこと やっと羽織の 紐のたけ (1番より抜粋)

この記事は己斐の利用者様から
提供していただきました。
ありがとうございます。



海野厚は静岡県豊田村曲金(現在の静岡市駿河区)の出身。

末弟の春樹は厚が17歳の時生まれました。母は沢山の子供の世話と和菓子店の切り盛りをしなくてはいけなかったため、厚が末弟の春樹の面倒をみていました。

厚は早稲田大学に入学するため一人上京したが、彼の頭の中には17才年下の春樹が元気に暮らしているか?ということが気がかりでした。そんな厚は在学中、童謡雑誌「赤い鳥」に投稿した作品が北原白秋に認められ、童謡作家となったのです。

この背くらべという歌は厚が23歳の時に雑誌に発表されたもので、「端午の節句」に背文を計ってもらった子供の視点で書かれています。

柱のきずが去年ではなく「おととしの」になったのは、厚が勉学中で東京から離れることが出来ず、静岡の実家に帰れなかったからです。海野厚の律儀で几帳面な性格が表れています。

そんな厚は25歳の端午の節句の日に春樹の背文を計った日を最後に、肺結核のため28歳で亡くなりました。彼の母校・静岡市立西豊田小学校には「背くらべ」の歌碑が建てられています。

ここから俳句、川柳倶楽部

暖く	年酒酌む	唐突に	新入生	山逢に	これ食べて	菊の鉢	震災地	歩行器の	震災の	母と子が
園児らはしゃぐ	浜焼鯛を	米寿三人	親も一緒に	霧が立ち込	つくしの	色あざやかに	幸早かれと	行くさき	孤児の涙で	楽しい笑顔
阿品	阿品	阿品	己斐	安東	己斐	安東	己斐	安東	己斐	安東
列みだす	膳に据え	花の旅	門くぐ	安東	つくだ	咲き誇る	祈る日々	向田	もらい泣き	すべり台
伊藤	真尾	上野	中尾	片山海	長尾	松本	本賀	桜咲	谷本	福井
秀月	竹馬	茂子	善徳	伸生	照子	邦明	孝子	千年	猛	咲月
					舌つづみ					