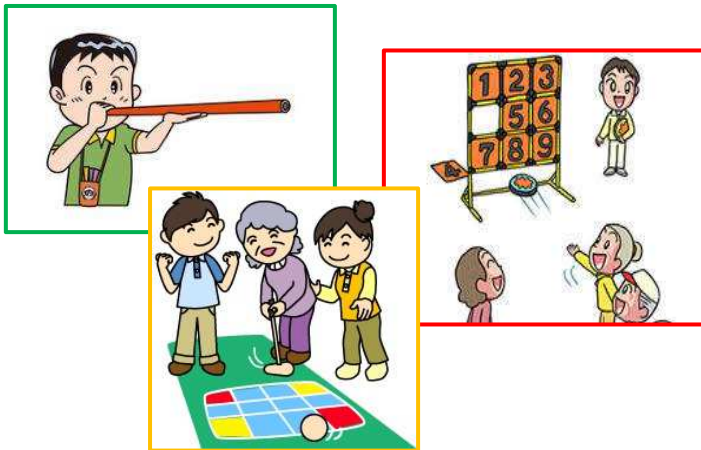


ニュースポーツに チャレンジ!!

日増しに暖かくなり春の訪れを感じる季節となりました。暖かくなると、体を動かしたくなりますね。健康のため、日頃の運動不足解消のため、スポーツを始めたいけど苦手で・・・と、いう方にお勧めしたいのが**ニュースポーツ**です。

ニュースポーツは子供から高齢者まで、誰でも気軽に楽しむことを目的として考えられたスポーツで、レクリエーションスポーツとも呼ばれています。もともとあったスポーツを改良したものが多いので、誰もが始め易くなっています。そのため年齢差での勝ち負けもつきにくく、世代を超えたコミュニケーション作りにもなります。

皆さんが知っているニュースポーツにはベタンク、グランドゴルフ、フライングデスク、ソフトバレー、スポーツ吹き矢、ドッチビー、スポーツチャンバラなどがあります。



他にも、インディアカ、シャフルボード、フロッカー、タスポニー、バトボンなどがあります。

ニュースポーツは市町村のイベントで紹介されることが多く、また講師の出前をしているところもあり、町内会や子供会行事等に利用されているようです。

私は10年程前に子供会のレクリエーションでキンボールを体験しました。直径122cmの大きなボールをチームで協力し合い、サーブ、レシーブを繰り返して床に落とさないよう得点を争う競技です。年齢差が付かなかったので、大人も子供も大変盛り上がりました。



この春、地域のイベントやスポーツ教室をチェックして、ニュースポーツにチャレンジしてみたいはいかがでしょうか。



セカンドライフサポートでは、2月と3月に建築建物の完成見学会を開催いたしました。大勢の皆様に見学していただきまして、ありがとうございました。



追伸・・・

春に向けてセカンドライフサポート勉強会の企画をしていきます！皆様から“こんな勉強会をしてほしい”など、ご要望がありましたら、ご連絡くださいますようお願いいたします。

セカンドライフサポート担当：高橋

水本グループ

介護支援サービススタッフが
各施設を紹介します!!



<その12>

有料老人ホーム

「百万石」本宮Ⅲ号館 「百万石」本宮Ⅴ号館

有料老人ホーム「百万石」本宮Ⅲ号館と、「百万石」本宮Ⅴ号館の紹介をいたします。

「百万石」本宮Ⅲ号館は、平成23年9月に開設し、1階13室、2階16室の計29部屋の有料老人ホームとなっております。東側の部屋はトイレ無しの部屋で、西口の部屋はトイレ有りの部屋です。お風呂は、矢巾町にある不動温泉のお湯を運んでおり、毎日、温泉が楽しめます。周りには、マルイチや薬王堂があり、お買い物もしやすいです。夏には、小鳥や虫の鳴き声が聞こえ、季節を感じる事ができます。また、窓からは、『いちごみるく保育園』の子供たちが散歩する姿が見えて、利用者様も癒されております。これからも職員一同、利用者様のために、精一杯頑張っていきますので、よろしくお願いします。

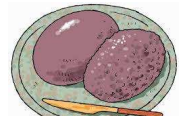


有料老人ホーム「百万石」本宮Ⅴ号館は、1階は10部屋、2階は18部屋の全28部屋の有料老人ホームで、平成26年4月に開設した1番新しい老人ホームになります。

1階にはプレーゴヘルパーステーションがあります。プレーゴ訪問看護ステーションが併設されており、体調が悪くなった際は、すぐに看護師の対応ができますので、利用者様も安心した生活が送れています。施設には最高齢102歳のご利用者様が2名おり、誕生日には、皆でケーキを食べ、お祝いしました。



Ⅴ号館ではさらに、季節に応じて、行事を行っております。8月には夏祭り、10月にはハロウィンと、行事を通じて利用者様と職員が懐かしさを感じたり、新しいことを体験したりなど、共に楽しめる時間を過ごしております。利用者様がいつまでも元気に、そして安心・安全に生活できるように心掛けております。



<編集後記>

ぼたもち

お彼岸になると思い出すのが祖母の「ぼたもち」です。「ぼたもち」というよりも「あんこ餅」ですが…。大きな木箱(「もろぶた」と呼ぶようです)に、つきたてのお餅をごろごろ入れてあんこをたっぷりつけるのです。げんこつほどの大きさのお餅は食べごたえがありました。2~3日すると歯がたたないほど固くなるのが残念でしたが、それをストーブの上に乗せ、柔らかくして食べるのもまた格別でした。

私の祖母は大正生まれで、料理が上手でした。ひな祭りには食紅を使った彩り美しい「雛饅頭」や、中に黒蜜を入れた「きりせんしょ」を作ってくれました。

また、婦人会の料理教室で覚えてきた「牛乳おこわ」は、当時小学生だった私にとって、オシャレな食べ物でした。他に私が好きな祖母の料理は、「イカ汁(具材は芋の子、イカの腑、大根、ネギ)」、甘じょっぱい「ナメタガレイの煮つけ」、大きなすり鉢でつくる「クルミ餅」、コップの底にドロツとした酒かすが残る「甘酒」(「どべっこ」と呼んでいました)です。

毎年この時期になると母と、「祖母のぼたもち」の話で盛り上がるのでした。



株式会社 水本 セカンドライフサポート係
〒028-3615 岩手県紫波郡矢巾町南矢幅 6-606

お気軽にお電話ください。

TEL.019-697-1500