

梅の見頃になりました。この暖かさは散歩に行くのにも楽しさが倍増します。今月は帰りの会のひとこまをお伝えします。帰りの会はみんなが椅子に座り、職員と一緒に歌ったり、お話を聞いたりします。あまり関心を示さないN君に「前で手遊びやってくれる？」と話すすと、すーと前に出てくれました。『♪あーたま・かた ひざぼん♪』を歌うと一緒に歌いながら、手を動かしてリズムを取って、はっきりとした声で堂々とみんなの前でやってくれたのです。拍手喝采、できるんだ！感動しました。今まで、可能性を引き出し、個々に合わせた支援を心がけてきたつもりでしたが、持つ力に気付かない、活かさないことがあったのではと、この一例から感じています。今後は様々なことを経験できる機会をつくり、良い支援に繋がっていきたいと思います。

【活動いろいろ】



【製作】



食育インストラクター山岡さんの独り言 ～利尿作用でデトックス～

体内毒素のデトックス方法には、便による排出、尿による排出があります。利尿作用を活発にしたり、余分な塩分を排出する事によって解毒デトックス効果が表れます。主な食材としては、胡瓜、プルーン、プラム、バナナ、すいか、マッシュルーム等があげられます。