



真田で楽しく！元気に！暮らしたい人のためのフリーペーパー

いきいき♪

生き生き ふるさと通信

第 52 号 2017年 7月 1日発行【真田地域に全戸配布】



おかげさまで アザレアンさんたちは創立 25 周年を迎えることができました。
たくさんの人に支えていただきました。これからもよろしくお願い致します。



新人による余興の「恋ダンス」
たくさん練習したようです。

5月22日（月）に盛大に記念式典が行われました。

真田地域包括支援センターだより

平成 29 年 7 月



＜職員紹介＞

新しい職員を紹介しますので、
よろしくお願ひいたします。

所長：志摩芳夫（写真）

地域リハビリテーション活動支援事業

皆様の集まりの場に運動の講師を派遣し、身近で運動や体操ができる住民主体の場所づくりを応援します！

現在、真田地域では菅平・戸沢・十林寺・四日市・上横道・下横道・萩・荒井・大畑・赤井の10自治会で開催しています。

＜地域リハビリテーションの様子を紹介します。＞

身体の色々な部分を動かす体操を教わります。先生の話もとても楽しく勉強になります！



タオルを投げてキャッチ！
右手？左手？脳トシで頭も体も使ってリフレッシュ！！



信濃の国上田健幸体操

参加者の声
「歩いて来られる場所で運動できてうれしい。これからも参加したいです。」
「みんなに会えるのが楽しみ。体が軽くなって動きやすくなりました。」

地区の公民館等で月1回程度、定期的に高齢者の方が集って運動を行っていただける団体（5名以上）及びリーダーさんを募集中です。講師代は、無料です。興味のある方は、真田包括までご相談ください。

真田地域包括支援センター TEL 72-8055 有線 2080（真田総合福祉センター内）

アザレアン アルバム



◎横尾サテライト

「うまい!」「おいしい!」「きれいだ!」

普段あまりお話ししない利用者様からも思わず声が出ました。

5月半ばに誕生日のお祝いとして食事とお屋敷公園のつつじを見に行ってきました。食事では、普段よりももっと豪華な和定食を食べました。利用者様は、自分自身で「はし」を使ったり、お寿司を手を持ったりといつも以上に食が進みました。特に男性の利用者様は日頃から熱い食事を好みませんがこの日だけは温かいお食事を笑顔で召し上がっていました。



御屋敷公園では、つつじ鑑賞をしました。この日のつつじはちょうど花が咲きほこり、見頃を迎えており、その麗しさにうっとりしてしまいました。しかし、つつじ鑑賞以上に地域の方との話が盛り上がりしました。ご利用者様は地域の方々との偶然の再会を喜び合っていました。女性の利用者様も男性の利用者様も話の中心となり、地域の方々とゆっくりお話しすることができ、とてもうれしそうな表情をされていました。

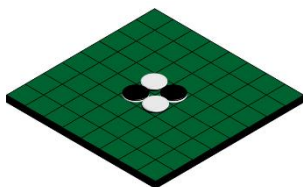


◎南天神の家

坂城にある「信州夢バラの里」へバラを見に出掛けました。
お天気も良く、楽しくお散歩が出来ました。



◎国分の家



Myオセロ板をお持ちになります。
お強いので職員はなかなか勝てません。



お庭担当のご利用者様です。
お花の事はこの方に教えていただいています。

発行元：「真田 生き生きふるさと通信」広報委員会
〒386-2201 上田市真田町長 7141-1 有線 2111
ホームページ <http://www.azarean.jp>

事務局：高齢者総合福祉施設アザレアンさなだ内
TEL 0268-72-2781 FAX 0268-61-4010
E-mail kejinfukushi@azarean.jp

イベント情報や、通信を読まれてのご意見、ご感想をお寄せください。