

自分らしく、その人らしく、生き生きと、あなたの“生きる”を支えます

# 第2アドナイ館だより

それでアブラハムはその所の名をアドナイ・エレと呼んだ。これにより、人々は今日もなお「主の山に備えあり」と言う。(創世記22:14)

グループ

2019年8月15日 第122号

第2アドナイ館だより

発行 社会福祉法人 十字の園

発行責任者 施設長 鈴木 淳司

〒433-8105

浜松市北区三方原町3014-1 番地

電話 053-582-8181 (代表)

FAX 053-420-0456

e-メール atsushi-s@jyuji.or.jp



少し前にご入居者の方々と一緒に風船バレーを楽しんだ時の写真です。

風船バレーはレクリエーションの定番と言ったところで、デイサービスや施設での生活をされておられる方にはなじみのあるものです。

年齢の若い？(ご入居者の方から見れば)私のようなものは、少し単調に見えてしまうものですが、やってみると実はなかなか奥が深いと感じることがあります。

先ず日常生活で上を向くことの少ない私達ですが、風船バレーでは自然に上を向いています。身体動作と気持ちというのはつながっていることが多く、上を向くことはそれだけで前向きな気持ちになります。

また、風船という事が良いことです。風船は強い力で叩いても上手に飛ばないのです。それはどういう事かと言いますと、力の有る、無しに左右されず、必要なのはちょうど良いタイミングで風船をたたくことです。だから、だれでも同じような条件で行う事ができます。

そして、このタイミングを計るという事は、写真の皆さんがされているように良く風船を見て、その軌道

を予測し、落ちてくるところを想像しながら、自分の近くに来たら、隣の人が風船を叩こうとしているか、自分が叩く番なのか気にしながら、床に落ちないように風船を叩きます。

叩くまででもこれだけのプロセスがありますが、叩く時にも風船のどこを叩くかで風船の行方が違ってきます。



たいがい風船バレーのルールは、なるべく風船を落とさないようにしよう！というものなので、自分が変なところに風船をやってしまっただけでは、身も蓋もありません。相手の事を思いやる事が大切になります。

回数が続いていくと段々とお互いの連帯感が強まっていき、良い緊張感も生まれます。

風船バレーの中には福祉で大切なことがいろいろと感じられるレクリエーションだと思います。

皆さんも時々楽しんでみてはいかがでしょうか？





# 7月 第2アドナイ館 歳時記

- 1日(月)
- 2日(火) 茶道(馬場様)
- 3日(水)
- 4日(木) 職員勉強会



5日(金) 讚美歌の会  
6日(土)

- 7日(日) かたりべの会
- 8日(月) 七夕まつり
- 9日(火) 1階エト会議
- 10日(水) 移動図書
- 11日(木) 書道教室
- 12日(金)
- 13日(土)
- 14日(日) 絵画教室
- 15日(月)
- 16日(火) 2階エト会議



- 17日(水) 懐メロ  
メガネ相談
- 18日(木) ビューティー-NLP-
- 19日(金) 讚美歌の会
- 20日(土)
- 21日(日)
- 22日(月) プンネ
- 23日(火) 防災訓練



- 24日(水)
- 25日(木) 書道教室
- 26日(金)
- 27日(土)
- 28日(日) 絵画教室
- 29日(月)
- 30日(火)
- 31日(水)



## 流しそうめん

夏の定番となりました流しそうめん！！  
流しそうめん発祥の地は宮崎県の高千穂町で、昭和30年生まれ意外と新しい食べ方です。暑い夏の野良仕事の際に野外でそうめんを茹で、竹と高千穂峡の冷水を利用して涼を得た光景から、思いついたと言われています。

## のんき



## あんき



### 第2アドナイ館苦情相談について

苦情受付時間	月～金曜日 8時～18時
苦情相談窓口	相談員 鈴木 敬二
苦情解決責任者	施設長 鈴木 淳司
御意見箱設置	各フロア・玄関ロビーに設置しています
前月のご意見・苦情の件数	
苦情	0件
ご意見	0件(ご要望 0件)

### 8月(葉月)の予定

絵画教室	11・25日	書道教室	8・22日
お茶会	6日(馬場様)	讚美歌	2・16日
聖書の会	26日	美容室	15日
買い物ツアー	1・20日	防災訓練	27日
懐メロ	21日(早川様)	移動図書	21日
かたりべの会	10日	メガネ相談	21日

お誕生日おめでとうございます。(8月)

平野 鈴子 様 (92歳) 安間 公巳 様 (82歳)  
内山 民子 様 (94歳)