



we are HOME

ここには元気があります。
笑顔があります。
優しさがあります。
そして、ちょっぴりユーモアもあります。
それが私たちの「HOME」です。

高齢者介護施設 宝夢
小規模多機能型居宅介護 大空
認知症対応型グループホーム 大地

http://houm.jp
TEL:028-666-5666
高根沢町宝積寺 2424-18

令和元年 8月号



記録的な日照不足となった今年の梅雨。毎日、どんよりとぱらつく雨で屋外に出ることは少なかったけれども、旬のものをたくさん味わったり、屋内でできるレクリエーションを楽しんだり、季節を感じる事ができました。やっと梅雨が明けると同時に、うだるような暑さが続きます。運動して、楽しんで、美味しく食べて、休んでを基本に夏を乗り切りたいと思います。

8月14日は宝夢にてキャンドルナイトを開催します。利用者様が作った灯籠が会場を彩ります。「住めば都の高根沢」を歌ったのぶおさんも来場し、音楽で会場を盛り上げます。ろうそくの揺れる炎と幻想的に照らされる灯籠を眺めながら、特別なお盆をお過ごしください。どなたでもご来場いただけます。



キャンドルナイトの
灯籠ができました

8月のスケジュール

日	月	火	水	木	金	土
				1 釜の蓋	2	3
4	5	6	7 (ホ) 健康体操教室 15:15~	8	9	10 宇都宮 花火大会
11 宝夢 花火大会、	12	13	14 キャンドル ナイト	15	16	17
18	19	20 避難訓練	21 (ホ) ドッグセラピー	22 フラダンス 発表会	23 パステル アート部	24
25	26 手作り講座	27	28 (ホ) ヨガ教室 移動冷やし 中華	29	30	31

(ホ) …ボランティアさん来所

※部活動は一般の方も参加できます。ご希望の方は宝夢まで。お問い合わせもお気軽に。
※今月の華道部はお休みです。

宝夢の7月

梅雨空でも、楽しむことがたくさん！
運動して、食べて、楽しんで、季節を丸ごと楽しんでいきます。

まずは運動！

しっかり動いて体力UP↑ 食欲UP↑ 睡眠力UP↑と夏を迎え撃つ体を作ります。



ヨガ教室。ゆっくり行う動作でも終了後は心地よい疲労感。



スラックレールという柔らかい道具を用いた健康体操教室。



風船バレー。気づけば夢中になって、汗をかきほど。ホールは笑い声でいっぱい。

季節を楽しむ

季節を感じる生活は心を豊かにしてくれます。時にはドライブにも出かけます。



宝夢の花壇で満開となったラベンダー。ホールはラベンダーの香りです。



7月7日は七夕。願いはまずは家族の幸せ。曇り空でも願いが届きますように。



待ってました！「流しそめん」いつも以上に箸使いが達者です。

旬を味わう

この時期ならではの楽しみが旬の味。特に採れたては味も楽しみも別格！



宝夢の畑で育てている野菜を収穫し、食卓に活用します。



新鮮な鮎を頂いたのですぐに昼食メニューに追加。みんなで美味しくいただきました。



宝夢のブルーベリーがたくさん採れました。おやつで頂きました。

楽しみ方は色々

時には笑い、時には癒され、時には創作。様々なレクリエーションの時間。



かわいいワンちゃんに囲まれて、触れ合って癒されるドッグセラピー。



「心の準備はOK?」ドキドキの黒い危機一髪。単純だけれど大盛り上がり。



7月の手作り講座は金魚が泳いでいるようなオブジェ作り。表情は真剣です。