

# FROG



題字は:徳丸さんです

第173号  
 編集・発行 ケアハウス清水苑  
 福井県福井市大森町第7号1番地  
 TEL (0776)98-5790  
 FAX (0776)98-5780  
<http://www.shimizu-en.info>  
 E-mail:info@shimizu-en.info

## < 6月行事・クラブ >

日	月	火	水	木	金	土
			1 血圧体重測定 	2 ぬりえ 	3 うるおいショッピング 	4
5	6 俳句会 	7 懇談会 誕生会 	8 カラオケ 	9 法話 	10 買い物デー 	11
12	13 将棋・オセロ 	14 喫茶 	15 しほり染め 	16 ラ・ン・チ 	17 うるおいショッピング 	18
19	20 俳句会 	21 ショッピング 書道クラブ 	22 カラオケ 	23 ちぎり絵 	24 買い物デー 	25
26	27 将棋・オセロ 	28 ペン字クラブ 	29 外食デー 	30 喫茶 		

# 清水苑新俳句クラブ

5月9日 季題 初夏 三夏

- ・食堂へお茶くみ行き来苑薄暑
- ・プロ野球楽天連勝夏めくる
- ・参院選講演会でちぎりもち
- ・食事量少し減らして夏はじめ
- ・心静かやや整わせ夏に入る
- ・景桜の揺れて街道董りたし
- ・鯉のぼり子供の成長願う親
- ・母の日に娘(コ)から届く荷

嬉しきや

- ・デパートの活気先の鯉幟
- ・短夜の夢に見る父もの云はず
- ・五月晴背伸してをり田植笠

5月23日 季題 三夏

- ・夏空やお部屋の整理も落ち着きて
- ・夏場所や横綱優勝わく歓声
- ・並木道静かにそよぐ初夏の風
- ・体挿し水を一杯風五月
- ・夏さざす苑への感謝常にある
- ・小さめの畑いっぱい夏野菜
- ・あじさいの葉っぱに光る露の玉
- ・友達と長く語らう五月暮れ
- ・夏めくや歳重ねてもするオシヤレ
- ・羅(ウスモノ)をたきやかに着る

人ありし

- ・大空の染み一点も煮き五月晴
- ・孫の丈眩しく仰ぐ五月かな

三喜男

悟

董

照代

恵子

郁子

正子

キヨコ

登美子

周子

加壽子

三喜男

悟

照代

恵子

スミ子

郁

正子

キヨコ

登美子

周子

加壽子



# しおりづくり



R4.5.16(月)

しおりと言うと昔からある縦長のものを創造すると思いますが、今回は少し凝っている可愛いしおりを作ってみました。読書の時に本に挟むだけでなく、例えば…大事なメモの目印に使ったり、洋服やバッグにワンポイントで付けてみたり多様に使えます。

作る際に力加減が難しいので、出来上がりのバランスとりが難しかったようです。皆さん、とても上手に出来ました。見た目も可愛いし、翌日、さっそく使っている場面を見てうれしかったです。



てるよ作



せつこ作



まさこ作



ちかこ作



とみこ作



# 座談会



R4.5.16(月)

はじめて参加者を集って座談会を開きました。コロナ禍で行動を制限されて皆さんのストレスも限界までできていると思います。今回は男性2名、女性4名に職員が入り、皆さんの意見や要望、悩みを聞きました。そのほか、今コロナ過でも楽しめる事はないか。入居者間の人間関係について。職員の言動について。食事についてなど。懇談会と違ってお互いが何でも話やすい雰囲気でした。座談会で出たご意見・ご要望は、実行できるように進めていきたいと思ひます。

人間関係については私たち職員の見えない部分でもありますので、今回参加して頂いた方々でいろんなアドバイスや解決策が出ていましたので良かったのではないかな…と思ひます。時折笑いもありあつという間に時間が過ぎ1時間30分経っていました。これはコミュニケーションも図れますし職員、皆さん共にメンバー交代しながら定期的に行い、もっと皆さんの声を聞きたいと思ひました。



森

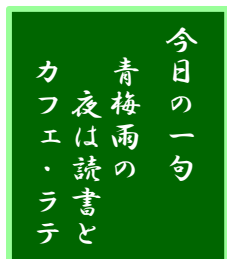
# 俳句クラブ



月2回実施してます俳句クラブの令和3年度分を冊子にしてお渡しいたしました。

現在俳句クラブは12人の方が参加しています。皆さんテレビ番組で「プレバト」をご存じでしょうか？俳句ブームの火付け役となった、夏井いつき先生が辛口の評価をしながらも、笑いもあり、楽しく俳句を詠んでいます。

「俳句は難しい!!」というイメージが先にあり、なかなか参加しにくいのかも知れませんが、取り合わせ(季語とほかの要素を組み合わせるもの。初心者向き)という型を覚えれば、5分あれば一句作れるくらいです。」といつき先生も言われています。毎月1回の参加からでも良いのでぜひ始めてみて下さい。



# 塗り絵クラブ



今年も令和3年度の塗り絵集を冊子にして皆さんにお渡しいたしました。

塗り絵で行う指先の細かな動きは、脳の前頭葉にある運動野と呼ばれる部位が大きく関係しているそうです。指先で細かな作業をすることは、運動野の働きを高め、脳全体の血流を活発にしてくれるので、脳が活性化され、さらに前頭葉は理性や思考をつかさどる部分ともいわれているため、感情のコントロールにも効果があるとされています。自分のペースで出来ますのでぜひ参加してみてください。

