

みなさま こんにちは。

梅が咲き終わり、河津桜の便りが届き始めました。とはいえ、寒暖の差が激しく、体調不良でお休みされる方が少し増えています。

雨も少なく空気も乾燥していますし、感染症への対策もまだまだ必要です。今月も、体調管理に気を配り、楽しく過ごしてまいりましょう！ lqwq

## ご協力のお願い ～施設見学会を開催いたします～

先月末にお手紙をお渡ししておりますが、**来る3月9日（月）から13日（金）までの5日間**、当施設を一般開放し、見学会・介護相談会を開催いたします。

開催期間中は、近隣のみなさまや、ケアマネジャーの方々等にご来訪いただき、通所の魅力を十分にお伝えするとともに、Zoomによるライブ中継も予定しております。

さらに、リハビリテーション職員が、介護相談の対応もいたします。事前予約をオススメしておりますので、お気軽にご予約ください。

なお、この機会に、ご利用中のご家族やケアマネジャーの皆様のご来訪も歓迎いたします。ご自宅での様子とは違った一面をご覧いただけるはずですよ。またZoomで短時間ご様子をご覧いただいても構いません。合わせてご検討ください。

現在、当日の映像への映り込みに関するご配慮をご希望される方からのご連絡を承っております。ご迷惑やご不便をおかけいたしますが、ご理解とご協力のほど、よろしくお願い申し上げます。

## 東京ちどり病院Instagramが開設されました！



@TOKYOCHIDORI.HOSPITAL

このたび、当院病院の紹介を目的に、インスタを開設しました。このちどり通信をはじめ、通所での様々な出来事も随時アップする予定です。本サイトの情報提供は、リハビリテーション職員が中心で行っております。是非、フォローをお願いします！

## リハビリテーション会議出欠席 確認紙面にご意見欄を作りました！

2月にリハビリテーション会議が開催された皆様、およびご案内を受け取られたケアマネジャーの皆様はお気づきになられたことと存じます。

通所業務会議の中で、「ご利用者のお困りごとや夢を確認する仕組みはできたが、ご家族やケアマネジャーの皆様のお気持ちをお聞きする仕組みがないのでは？」と気づき、今更ながらで恥ずかしいのですが、改善案を話し合いました。

お手間を最小限に、けれど、もっと皆様と対話をしたい、と悩んだ結果、生まれたご意見欄です。ご参加有無を問わず、ご記入いただければ幸いです。

先日、ご返信が白紙だなぁ。。。と思っていたら、ご丁寧にお電話で近況をお聞かせいただいた方もいらっしゃり、声が届いた！と、とても嬉しくなりました。



日常のお困りごと、ご質問は、毎回ご利用時に体調やご利用の様子を記載しております連絡帳も、合わせてご活用いただければありがたいです。よろしくお願いいたします。



## 2月のレクリエーション 「肺! 鬼を吹き飛ばそう」

飲み込みの力は、息を吐く力から。今回は、鬼を風で追い払っていただきました。ストローを用いて絵具を解いた水を鬼の絵に向かって吹きかける、という、とてもシンプルかつ、どんな絵になるか、作成者でさえ分からない、絵画でした。

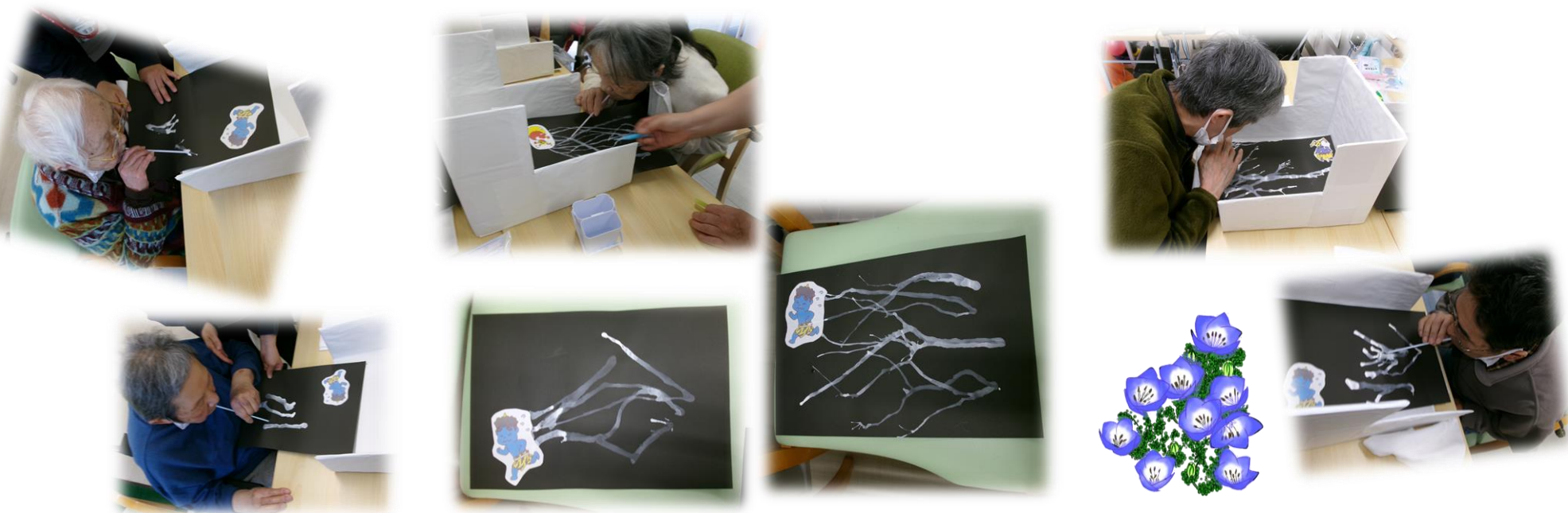
感染対策を踏まえ、お一人ずつ黙々と取り組まれていました。作品は、ご自宅にお持ち帰りいただいております。



### ☆体感ポイント☆

**勢いよく、絵具の水を吹き飛ばすことができるか。**

紙いっぱい水を吹き飛ばすことは、かなりの呼気量を必要とします。息苦しくなった方、なかなか飛ばなかった方など、呼気の力を確認していました。



### 今月のお花

ネモフィラ



絵: 沢渡冷緒

澄んだ青色が、春の訪れを告げていますね。

鉢植えの苗が2月ごろより先に咲き始めて、地植えは4月ごろが見ごろなのだそうです。

花言葉は「可憐」「どこでも成功」「あなたを許す」。この色が、言葉の意味を伝えてくれているように感じます。

春はもうそこまで、ですね。

### 3月の予定 イベント情報

#### レクリエーション

3月16日(月)

～3月21日(土)

「止まる勇氣!進む元氣!

春のチャレンジDAY」

診察・リハビリテーション会議

(日程は個別にお知らせします)

3月23日(月)

～3月28日(土)

### 3月のレクリエーション

「止まる勇氣!進む元氣!

春のチャレンジDAY」

毎年恒例、外出ですが、今回は歩く速さで参加できる方を決めたいと思っています。施設内の歩行が自立している方は、歩行速度を事前に測定し、横断歩道を渡り切れる方は、近隣公園まで外出します。室内組は、頭の体操、指示カードをいくつ時間内に回答できるか、競争です。

### 編集後記

寒さの残る中でも花粉が舞いはじめた、そんな年度の締めくくりの月に、開設以来初の、施設見学会を実施する計画を立てたのは、昨年末でした。情報社会を生き抜くうえで、私たちが行っていること、皆さまの取り組みを伝えていくことの大切さを感じながらも、なかなか行動できませんでした。今回の試みが、声を上げ、手を伸ばす最初の取り組みにつながると信じています。

これからも、よりよい時間をご一緒できることを、改めて願っています。(K.A)