



花 見

3月30日、お花見を行いました。
当日は、残念ながら晴天とはならず、
1階ホールに桜の木を飾り、夜桜の雰囲気
を演出しました。桜の花びらにライト
が当たり、より際立った美しさに、「きれ
いかなー」と見入っていらっやいました。

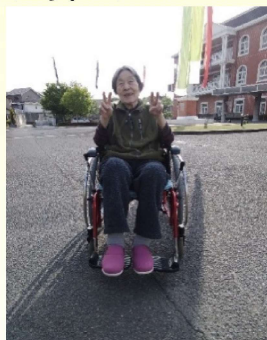
お花見と言えばお酒！という事で、ノ
ンアルコールの日本酒が大変好評でし
た。男性のご利用者様が一つのテーブ
ルを囲み、大宴会が行われる場面もあ
りました。おつまみには、職員お手製の
つわの煮物、甘味にはぜんざいを提供
させて頂きました。ちょっぴり甘さ控えめ
のぜんざいも、「美味しい」と、皆様おか
わりをして召し上がられていました。



子どもの日



今年は数年ぶりに、グランパランの駐車場
上空に、元気に泳ぐ“こいのぼり”が登場しま
した。何年もの間、子供たちの成長を見守っ
てきたこいのぼり達は、年月を経て少々高齢
になっていましたが、針と糸で命を紡ぎ、元
気に泳いでいました。
ご利用者様も、空を見上げて鑑賞されていま
した。



祝 百寿



この度、下平様が満100歳の誕生日を迎えられ、
5月28日に百寿記念品贈呈式が行われました。
下平様は、いつも穏やかに過ごされ、毎日塗り
絵を丁寧にされています。長生きの秘訣は、
「なんでも感謝すること」だそうです。
これからも穏やかな日々を過ごしていただける
よう、職員一同サポートさせていただきます。



4月1日入社式を行いま
した。「先輩方に教え
てもらいながら、一生
懸命頑張ります。よろ
しくお願いします。」
と話されていました。

社会福祉法人 花心会

・特別養護老人ホーム
・併設型ショートステイ

グランパランいまり

TEL.0955-23-5261

■ 日常風景 ■



母の日

母の日当日に、ささやかながらカーネーションを女性のご利用者様へプレゼントさせて頂きました。



看護師より

季節の変わり目は要注意！

5月病



体調を崩しやすい高齢者の体調管理と不調の正体は！？

5月の体調不良は、心身の不調からくるものが多く、『五月病』とも言われます。すぐできるセルフケアとして、①生活リズムを整える。②体を少しでも動かす。③頑張り方を緩める。（完璧にやるより「七割くらいでOK」と考える）④人に話す。（「最近ちょっとしんどい」と伝える）といったものがあります。頑張り過ぎず、無理のない範囲で生活を見直してみましょう。ストレスや疲れを溜め込まないよう、リフレッシュしながら、ゆっくり！ゆっくり！

今年もツバメがやってきました♡



玄関前で、新しい命が生まれそうです!! 巣立つまで温かく見守りましょう。尚、通行される際は、頭上をご確認下さい。