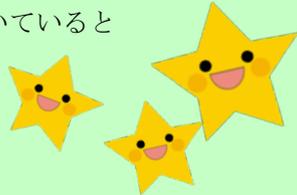


つばきの郷だより  
平成25年8月

8月に入り真夏の日差しが眩しいです。夏は色々と楽しみが多い時期ですが高校野球もそのひとつです。2009年の日本文理高校の甲子園での決勝戦は新潟県のみならず全国に感動を呼びました。地区予選を勝ち抜いてきた全国の高校球児たち、今年は何んなドラマを作ってくれるのでしょうか。楽しみです。それでは、楽しいことが盛りだくさんだった7月のつばきの郷の様子をご紹介します。

短冊に願いをこめて・・・

各フロアで七夕飾りを作り、皆様の願い事を短冊に書いてつるしました。いつまでも元気で、みんな仲良く、オリンピック招致など様々な願いが書かれました。皆様の願いが星に届いているといいですね。



お誕生日おめでとう

7月生まれの皆様の誕生日をお祝いしました。施設長や職員から心を込めて歌や演奏をプレゼントしたり、美味しいおやつをみんなで一緒に食べたりと、楽しい会になりました。

いつまでもお元気で！



HAPPY BIRTHDAY

リズムサークル慰問

リズムサークルの皆様が慰問にきてくださり、元気いっぱいのダンスを披露して下さいました。ノリのよい音楽と華やかな衣装で息の揃ったダンスに、見ているこちらにも元気が出て若返った気持ちになりました！



寝苦しい夜でも快眠を！まずは夜の生活習慣を見直してみましよう。パソコンや携帯の光は安眠の敵。パソコンや携帯の照明には覚醒効果があり、睡眠ホルモンの分泌を妨げるそうです。布団に入る1時間前には電源をオフにして、インターネットやメールは翌朝にしたほうがいいのかもかもしれませんね。

