

ふじみだより



平成31年2月号

まだまだ厳しい寒さが続いておりますがいかがお過ごしでしょうか？
2月号では季節に合わせた壁飾りのご紹介をいたします！2月といえば節分ですね！中央に飾ってある赤鬼と青鬼は、富士見台特養ではおなじみの毛糸アートです！入所されているお客様が毎月季節やテーマに合わせた下絵を選び、糸の色やバランスを考えながら作る力作が今月も食堂やフロアをにぎやかにしてくれました！！

節分に合わせ、飾りだけではなく本物の鬼がやってくるかも!?!どうぞお楽しみに!!



下記行事にはご家族も、是非ご参加ください。

美容	5日(火)	9時～	3階
万ワ-グッズ M/T	6日(水)	14時～	3階
ハーモニカ演奏会	12日(火)	14時～	3階
防災訓練	13日(水)	16時～	各階
書道	14日(木)	10時～	3階
ドッグセラピー	14日(木)	14時～	2階
ホーム喫茶	17日(日)	14時～	3階
理容	25日(月)	9時～	理美容室
抹茶	24日(木)	14時～	3階

感染症対策にご協力を！！

1月は施設内でもインフルエンザ感染があり、ご面会を控えていただくよう皆様にもご協力をいただき、ありがとうございました。ご協力の効果もあり、2月より通常通りご面会もできるようになりました。全国的にはまだまだ感染が続いておりますので、引き続き**手洗い・うがい・アルコール消毒・マスク着用**のご協力をお願いいたします！！



今月のリレーエッセイは「黒木 美加」さんです。



皆様、こんにちは。事務員の黒木美加（くろきみか）と申します。早いものでこちらに配属されてから三年半になります。まだまだ未熟な事務員ですが、皆様のお役に立てたら嬉しいです。

さて、私の事をご紹介させていただきます。趣味はヨガ、神社めぐり（パワースポット巡り）です。ヨガは身体が硬いのでまだまだ全然うまくできませんがアロマの香りの中、身体を動かすとリラックスできます。経絡ヨガという気の巡りをよくするヨガの後はぐっすり眠る事ができます。また、エアロビクスやFightDoというボクシングやムエタイを取り入れたエクササイズで汗をかきながら運動するのが最近の一番の楽しみです。

神社めぐりは、娘との共通の趣味です。古事記の好きな娘に色々教えてもらいながら神社にお詣りしています。元旦には【板橋七福神めぐり】に行ってきました。

（お寺巡りですが・・・）新江古田駅からスタートして約11キロの道のりを歩き巡ってきました。ウォーキングも好きなので運動にもなり一石二鳥です。今年はおみくじで【大吉】も頂きました♪神社は緑も多く、静寂な空気の中、参拝するとリラックスしパワーを頂けるような気がします。今年はトレッキングシューズを購入し、高尾山や御岳山など初心者登山？を始めようかと思っています。

2019年は、心身ともに元気に、皆様のお役に立てるよう頑張ります。

よろしく願いいたします。

次のバドンは「坂本 順子」さんにパスします！