

656-1333
洲本市五色町広石上113
グループホーム
ひろいしの里
TEL 0799-35-1201
FAX 0799-35-1201

ありがとうございます!

地域の皆様、家族の皆様を支えられ、ひろいしの里は5月1日で開設5周年を迎えます。
これからも地域の皆様との絆を大切に、地域の一人として一緒に生活していきたいと思ひます。
グループホームひろいしの里をよろしくお願い致します。



～5年間の軌跡～

介護情報誌に掲載



地域との交流



聞いて 聴いて

〜調理中の会話で〜

職員 A
「後輩の職員に対して」中々、包丁捌きがようになってきたね」

職員 B
「ここにくるまで料理なんてしたことありませんでした」

利用者
「私らが、毎日賤けてるおかげで」

〜百歳の利用者様との会話で〜

利用者
「千鳥飛び交う瀬戸の海」
(と歌い出す)

職員
「いつも唄われてるその歌は何と
いう歌なんですか?」

利用者
「鳥飼小学校の校歌や」

職員
「百歳になっても覚えてるなんて
凄いですね」

利用者
「当たり前や。百年間も頭使ってる
ねんで。あんたもしっかりし
いや」

お知らせ

地域の皆様にはいつもご協力頂き、ありがとうございます。
ひろいしの里では毎週、日曜日にお茶会を開いています。
是非、お気軽にお立ち寄り下さい。



お誕生日 おめでとうございます!



春の訪れを感じて



淡路島は晴天の日が多く、「花とミルクとオレンジの島」とも言われています。三月と四月にかけて、江山中学校跡や竜宝寺に桜を見に行きました。桜を見ることによって、利用者の方も春の訪れを感じる事ができ「淡路島にこんなに桜咲いてる所あんねんな」と満開の桜に負けないくらいの笑顔で話されていました。

おばあちゃんの知恵袋

【美肌作りのコツ】

美肌を作る時間帯は午後10時から午前2時の間だそうです。この時間帯に自律神経によって新しい細胞がどんどん作り出されるのです。眠っている間は、心臓の働きはゆっくりとなり、皮膚の毛細血管が開かれます。すると、血液は十分に運ばれるので、細胞は栄養を与えられて新陳代謝が盛んになるのです。

【舞妓さんの絹洗顔】

京都の舞妓さんは絹の切れ端やまゆ玉などで、肌を優しく磨いて手入れするそうです。まゆ玉はぬるま湯で柔らかくして用います。古い角質や皮脂の汚れが落ちるだけでなく、絹タンパクの働きで肌がスベスベに！！

【美容料理】

お肌の美容を守るビタミンC、手っ取り早く摂るなら果物の中でも含有量が特に多いキウイフルーツがオススメ。トマトやキャベツと合わせてミックスジュースにしてみても！！



編集後記

春は出会いと別れの季節でもあります。ひろいしの里でも一部職員の入替わりがありました。ひろいしの里を開設した時の気持ちや想いを忘れず、理念を掲げて新しい仲間と一緒に頑張っていきたいと思えます。

