

# みちくさ

## ★ 暮らしイキ

### 『遊ビリテーション』始めました！

お年寄りには『楽しい！』と感じることにより心と体が動きます。そこで引き出された意欲、能力、機能のすべてが生活行為に繋がっていきます。お年寄りの笑顔がなにより大切！



## ★ あらかると

ま      ご      は      や      さ      しい

豆      胡麻      若布      野菜      魚      椎茸

これは、一日に摂りたい食材の合言葉です。現在の食生活に不足しがちな食材ばかりです。献立に上手に取り入れたいですね！次回からは具体的なお料理をご紹介します。（栄養士 大館）



## ★ ヒゲ奮闘記

### 『カメラマン？』

写真を撮ることが好きです。駒場苑のホームページ上の特養についての写真は殆ど私が撮っているんです(ホームページの更新は事務の橘さんがやっています)。ご利用者の笑顔やスタッフが頑張っている姿、駒場苑の日常の場面を写真に収めたいと、カメラを持ち歩いていたりしますが、なかなかシャッターチャンスに恵まれません。私よりも現場スタッフが撮ったものの方が生の表情が撮れてて良い写真だったりします。

ホームページにお顔の写った写真を掲載させていただくにあたっては、個人情報の関係があるので、掲載許可をいただいている方のみとさせていただいていますが、「どんどん載せて欲しいです。顔のアップでも構いませんから！」と仰るご家族がありました。遠方に住むご家族やご親戚にも駒場苑での元気な姿を見てもらえるからと言うのがその理由でした。なるほど、その様な活用方法もあるのだなと納得した覚えがあります。

私がいる時はいつでも写真を撮りますので、ご希望があれば声をかけて下さいね。

『好きこそものの上手なれ』とは言いますが、広く浅い趣味の私は振り返ってみても、好きで上達したことってあまりないかなあ・・・センスがない！？一人前に“良い道具”は揃えるんですけどね。勉強をしようと思って本を買っても、「買って満足」するタイプです。それだけでなんとなく上手くなった様な・・・

だから上達しないんですね。  
カメラ好きな方、撮影テクニックを教えてください(笑)



生活相談員    カツノ    タカナル

## お花見

庭でお花見ランチ会

満開の桜の下で記念撮影



目黒川でお花見

### チャリティ映画会 『幸せの1ページ』

平成23年6月7日(火)

午後6:00開場 午後6:30開演

品川区立総合区民会館 <きゅりあん>

チケット1,500円

愛隣会の運営にご協力お願い致します。

ご購入は事務所までお申し出下さい。



編集後記:『みちくさ』2年目に突入しました！今回はお伝えしたいことがたくさんあって紙面が足りないくらいでした。これからも楽しい情報をどんどんお伝えしていきます！震災・電力不足と心が重くなる今日この頃ですが、駒場苑の中だけは笑顔があふれています。進化する駒場苑をお楽しみに！

タチバナ

