

アジサイの散策に

梅雨の季節を迎え、ぐずついたお天気が続いています。梅雨の中休み、朝から気持ちのよい青空が広がった日にアジサイの散策に行ってきました。近場のお出掛けですが久しぶりのことで楽しさも増し利用者さんたちの会話も弾み笑顔が多くみられた時間となりました。



カレンダー作り

こちらの写真は毎月のレクで行っているカレンダー作りの一場面です。好きな絵柄を選んで色を塗ったり、グラデーションを付けたりと彩色作業を続けることで自律神経の働きが整いリラックス効果にもつながるそうです。

