

ご案内

営業日のお知らせ

3月21日月曜日(祝日)

営業致します。

認知症予防プログラムは、

3月18日(月曜日)

上記日程にて開催いたします。

皆様の参加をお待ちしております。

振り替え・追加利用遠慮なく

お申し出下さいませ。

本を**3冊**入荷致しました

タイトル

一切なりゆき (文春新書)

老い力 (海竜社)

愛することばあなたへ (光文社)

あのくさ このくさ

よか草通信

3月号

桜の季節が近づいてきました



今年も毎年恒例の桜見ドライブを計画しております。期間は3月中旬頃から桜の開花に合わせて行い室見川周辺など、その日のドライバーがお勧めポイントへご案内したいと思っております。どうぞお楽しみに！

ドライブに参加されない方も通常通りレクリエーションを行いますのでご安心ください。



弥生ですね。

旧暦では、さまざまな草木が芽ぶいて花が咲く春たけなわの頃。「弥生」は「草木弥生月(くさきいやおいづき)」を略した言葉で、草木が「いよいよ生い茂る」という意味の「弥生(いやおい)」が変化した呼び名と言われます。この月には「桜月」「花見月」「春惜月」などの異名があり、「春惜月」には過ぎゆく春を惜しむ風情が感じられます。

ジャーナーの法則!?

3月は『年度』の最後ですね。今年度はどんな一年だったでしょうか？

利用者様とお正月やお盆前後に『一年経つとの早かあ〜』とよく話しをします。心理学では一年の長さは50歳の人にとっては50分の1に感じられ、5歳の人には5分の1に感じられるといわれています。人間は新しい体験や出来事ほど新鮮で強烈な思い出となって心に刻まれます。年を重ねていくと、過去の類似体験と混同、上書きされがちなのが、感覚としての一年が短く感じられるようになるわけです。一年を振り返ったとき、今年度一年は充実感や満足感をしっかりと実感できるよう新たなことにチャレンジするのも良いかもしれませんね。草ヶ江でも皆様に楽しんでもらえるよう取り組んでいきたいと思っております。

脳トレーニング

テーブルや太ももを使って、

右手から順番に①～⑧まで叩いてみましょう

②・⑤・⑧で手首をひっくり返します。



3回続けて行います

施設長 角 幸四郎