

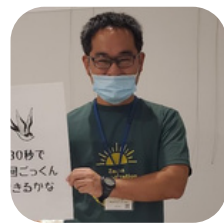
猛暑に負けない！ 夏の室内アクティビティ充実中

連日の猛暑により、熱中症予防の観点から、この夏は外出レクリエーションを控えめにしています。そのぶん、屋内で楽しめる活動を大幅に増やしました。調理レク、おやつレク、そして先生をお招きしてのお抹茶教室など、盛りだくさんの内容です。涼しい室内で、五感を使いながら「ことば」と「たのしみ」を育む夏をお届けしています。



ぐりぐり通信

ST草薙



発行日

2026年8月1日

8月号

先生をお招きして「お抹茶教室」講師の先生をお招きし、お抹茶教室を開催しました。茶筌でお茶を点てる所作、茶碗のいただき方など、作法にふれながらの体験です。抹茶の香りが広がると、会場は自然と背筋の伸びる凛とした空気に。どら焼きや抹茶チョコレートなどのお茶菓子とともに、ゆったりとした時間を味わいました。



調理レクで涼を味わう

★暑い日にぴったりの「彩り冷やしうどん」をみなさんで作りました。錦糸卵ときゅうり、カニかま、天かすを彩りよく盛り付け、温泉卵とひじきの小鉢を添えて完成です。「切る」「盛る」といった手順を分担しながら、自然と会話が生まれるのが調理レクの魅力。つるりとしたのごしに「おいしいね」の声が続きました。

★おやつレクも大好評

おやつレクでは、さつまいもの甘煮にホイップクリームを添えたデザートを楽しみました。淹れたてのコーヒーとの相性も抜群で、午後のひとときが小さな喫茶店のような雰囲気。「甘さがちょうどいい」と笑顔がこぼれました。

八月より、新しい介護スタッフが一名仲間入りしました。新しい顔ぶれが増えると、自然と「はじめまして」の会話が生まれます。暑さで外に出にくい季節ですが、こうした小さなやりとりの積み重ねが、ここのリハビリの土台なのだと感じています。

