

リハッピーつうしん

号数 第 220号
 発行日 2025年07月01日
 責任者 高木 亮 輔
 連絡先 静岡厚生連
 中伊豆温泉病院
 通所リハ・リハッピー
 伊豆市下白岩75
 住 所
 電 話 0558-75-2395



生育を楽しみに歩こ！



大きく育ちますように！

リハッピー農園

六月上旬に蒔いたヒマワリの種が大きく、大きく育っています。もうすぐ、可愛らしく元気の出る黄色のまんまるな花が咲くと思いますので、皆さま楽しみにしていて下さい。時期をずらして蒔いたヒマワリは、まだ小さいですが、その分長い時期楽しめると思っています。一緒に育っている、ミニトマトやサツマイモも元気に育っています。屋外歩行訓練の時間に、是非覗いてみて下さいね。

私の癒しの時間

自然豊かな環境で育った私は、時折無性に自然と触れ合いたくなります。ありがたい事に、私達が暮らす、ここ伊豆は、海や山が近く、環境にはとても恵まれています。自然が大好きな私は、思い立つとすぐに大自然に会いに出かけます。行った先には、雄大な自然が織りなす風景が広がり、その中で過ごす自分は、本当に心が安らぎ、時間が経つのも忘れ過ぎてしまいます。

『自然と触れ合う』こと。私にとって、無くてはならない癒しの時間です。癒しを求め、暑くなる前にと、出掛けることも多いですが、最近では、友人と一緒にホタルを観に出掛けました。儚げに光るホタルを観て、童心に返り楽しみました。年齢を重ねるにつれ、自然を愛でる自分に気付きました。季節の移り変わりをより意識するようになり、それを楽しみ、「年齢を重ねる事も素敵だなんだ。」と思い、またひとつ、私は大人になりました。これから、この時間を大切に



滝に癒されるー！ 景色は最高！



に、身体だけでなく、心も大切にして過ごしていきたいと思っています。私のお気に入りの写真を、載せておきます(笑)。

梅シロップを作るよ

どこのお店に出掛けても、青梅が店頭に並んでいる時期。スタッフはどうしても青梅を使って梅シロップを作りたい気持ち爆発しそうです。しかし、自分では一度も作った事のない梅シロップ。本当は梅酒も飲みたいけれど...

梅酒への気持ちは抑え、今年は可愛く梅シロップ作りに挑戦しました。作り方の分からないスタッフの強い味方は、もちろん利用者様。女衆が集まれば、話は速く即行動(笑)。それはそれは、賑やかな時間を過ごしました。

上手に出来上がる様に、しっかりと観察しておきますが、飲み頃など、皆さんも教えて下さいね。



梅

床屋さんデイ



美味しくなーれ！



今月の床屋さんデイは、
 七月一七日(木)
 七月一八日(金)
 七月二二日(火)
 七月二三日(水)
 の四日間となります。
 ご希望の方は、床屋さんへ予約をお取りします
 ので、リハッピーの職員まで
 お声がけください。宜しくお願いいたします。