

ゆりがおが 10月

発行所：コミュニティガーデン百合が丘
発行者：百合が丘広報誌担当職員

気になる
お部屋

サロン・ド・フルール特集

『サロン・ド・フルール』とは、カフェの廊下を挟んだ向かいにあるお部屋です。サロン・ド・フルールで、一体何が行われているのか気になる方もいらっしゃるのではないのでしょうか？

今回は、10月に実施されたものをご紹介します。

アイマッサージ

蒸しタオルで目の周りを2~3分温め、目の緊張を取ります。

目の「ツボ」を押し、目の周りや首、肩のマッサージを行います。担当職員が、マッサージの強さの確認をしながら行っているため、「スッキリした」と好評です♪

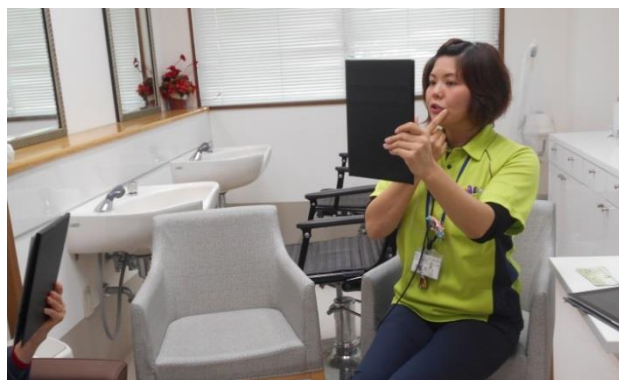


美顔マッサージ

1回3~5人の方と一緒に、鏡を見てもらい、今の自分を認識して頂き、リンパマッサージ体操を行った後の自分と比較してもらいます。

リンパマッサージ体操は、ご自分で出来る体操なので家でもできます。ほとんどの方が、顔色、むくみの改善、リフトアップを実感したようです。

10月28日(土)
開催予定です！



耳の掃除屋さん

10月21日(土)
10月24日(火)
開催予定です！

主に耳の外側を中心に掃除をしていきます。掃除した後は気持ちが良いと、大変好評です！

写真の道具を使用して掃除をしていきます。

耳は自分では見えないので、掃除も難しいと思います。担当職員が丁寧に掃除をしてくれますので、おすすめですよ。

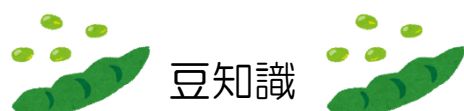


ハンドマッサージ

10月26日(土)
開催予定です！

腕から手のひらまでをハンドクリームを使ってマッサージしていきます。物を掴んだり、文字を書いたり、何かと使っている手をマッサージすることで、日頃の疲れがとれますよ。

足の裏と同じように、手のひらにもたくさんのツボがあり、マッサージをしてもらうことでリラックスできます♪



“サロン・ド・フルール”とは、フランス語で『花の間』という意味だそうです。
(筆者調べ)

他にも、リンデン美容室が開催されたり、お口の健康講座が行われたりしています。

気になるものがありましたら、ぜひ参加してみてくださいね。

※ここで紹介したものは、来月以降開催されない場合もございます。ご了承ください。

NEW

カルチャー 掘り下げ隊

今月からの新連載です。カルチャー教室を担当する職員一人一人にスポットライトを当てていきます。
記念すべき第一号は、この方です！

Q.1 簡単に自己紹介！

小島 あい

と申します！
去年の12月に同じグループのかわわだサービスより異動してきました。
カルチャーでは、折り紙教室、切り絵などを担当しております。




Q.2 今月担当しているカルチャーは？

折り紙教室です。
六角形の箱を、折り紙3枚で作りました。
難しい折り方でしたが、皆様完成できましたので、どんどん難しい折り方に挑戦していきます。



Q.3 担当のカルチャー教室をもっと詳しく♪

折り紙教室では、毎回違うものを作っているのでも、楽しめるとおもいます。
3枚で完成したり、25枚で完成したりとありますので、興味がありましたら参加して下さい。
次回も素敵な折り紙を折ります。皆様と楽しく折り紙を折りたいので、ぜひ参加して下さい。待ってます。



掲示板

5周年記念イベント開催！

11月は、百合が丘の開設5周年の記念の月にあたり、記念のイベントを開催致します。

開催日時は11月19日(日)、募集定員は100名です(定員を超えた場合は抽選となりますのでご了承ください)。

職員の出し物や、特別カルチャー教室など、皆様に楽しんでいただける様なイベントを企画しております。

参加を希望される方は、事務所までお越しください(受付時間は、10時～12時、13時～15時。電話での受け付けはご遠慮いただいております)。11月4日(水)まで、受付しております。

ふるってご応募ください！

マッサージュについて

9月より、マッサージュ(さわやかマッサージュ・足裏マッサージュ)はお一人様、月1回とさせていただきます。尚、空きがある場合は2回目以降でもご利用出来ますので、キャンセル待ちを願います。

不要の鉛筆、募集中

皆様のお家に、使われていない鉛筆はありませんか？百合が丘では、鉛筆を探しております。未使用の物、少しか使用していない物、募集中です。寄付して頂いた鉛筆は、カルチャー教室やバイバイゲーム等で使用する予定です。

ご協力、お願い致します。

編集後記

百合が丘の街路樹も色づき始め、赤トンボが空を優雅に泳いでいる様子は、秋が深まっていくのを感じます。澄んだ秋空の下では、スポーツをしたくなります。

10月の祝日に、体育の日がありましたね。もともとは、10月10日で、東京オリンピックが開催されたのを記念して定められた祝日だそうです。

スポーツといえば、筆者は今年、念願だった野球観戦に行ってきました。会場が一体となって応援し、試合の動向に一喜一憂する、見知らぬ人どうしを一致団結させる力をスポーツから感じました。スポーツって、良いものですね♪

百合が丘でも、毎日体操が開催されています。10月には新しい体操があるみたいですよ。楽しく体を動かしましょうね。

担当：高杉