

ゆりがおか



12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

今月の
カルチャー教室♪

今月のカルチャーは、クリスマスの時期にぴったりの作品をご紹介します。



山崎 あすみ（やまざき あすみ）さんの教室より、『クリスマスドームチャーム』です。丸いケースの中にクリスマスカラーのビーズを入れ、星を飾り付けクリスマス仕様に仕上げました。キラキラしていて、とても可愛いですね♡

成井 芳枝（なるい よしえ）さんの教室より、『小さなクリスマスツリー』です。フェルトや布に綿を入れて縫い合わせてゆらゆら揺れるツリーを作りました。星やビーズを飾りつけて可愛い作品ができあがりました♪



お知らせ



11月1日(月)に開催された9周年イベントで行った陶芸教室の作品が完成いたしました！
とても素敵な作品に仕上がりましたね♪

参加していただいた皆さまに順々にお渡ししていますので楽しみにお待ちください♡

クリスマスイベント

12月20日（月）～25日（土）
に開催しましたクリスマスイベントの
様子をご紹介します♪

クリスマス特別企画第一弾！！

通常は体操にご参加された方に300ハニーをお渡ししていますが、クリスマス特別企画として、500ハニーもしくは1000ハニーが入った封筒をお渡ししました。その封筒の中には一日20名限定でプレゼントが当たるチケットを入れました♡当たった皆様に喜んで頂けて私たちも嬉しかったです！！

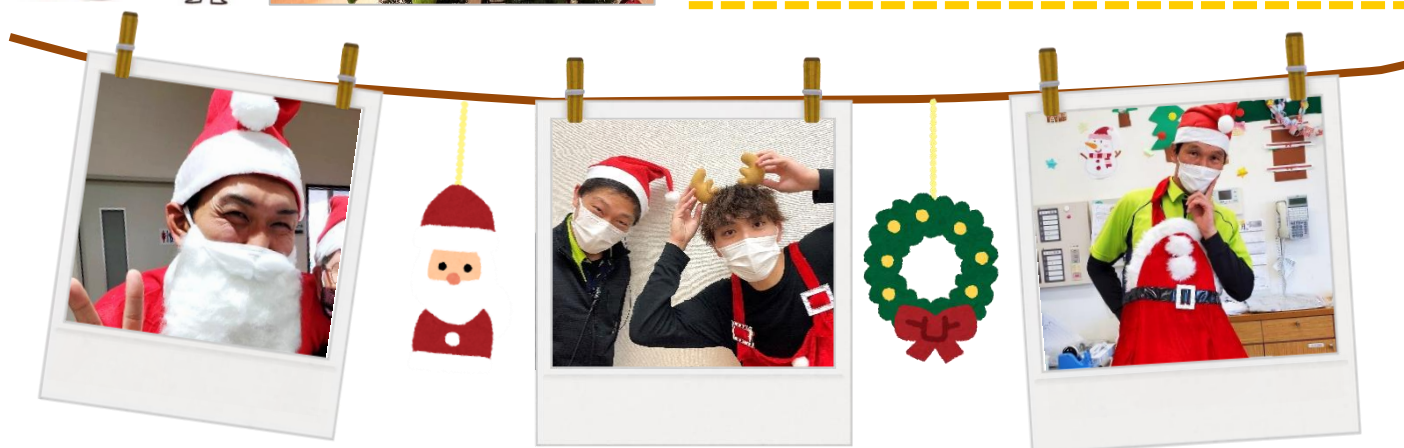


←スタジオ担当職員
も帽子を被って体操
を行いました。



クリスマス企画第二段！！

職員がサンタクロースやトナカイの衣装を身に着けご利用者様と写真撮影を行いました。ご利用者様にもサンタの帽子やトナカイのカチューシャを付けていただき楽しく撮影することができました。できあがった写真はハニー券で販売し、サンタの帽子を付けたご利用者様の中には、気に入って一日中付けて過ごされたかたもいらっしゃいました♡



百合が丘職員の 2021 年を振り返って

樫村 友行

(かしむら ともゆき)



穏やかで普通の1年でした。仕事も家族も穏やかに過ごすことができて良い1年でした。来年も樫村友行をよろしくお願いします！！

大畠 稜汰

(おおはた りょうた)

今年で僕も二十歳になり成人の仲間入りです。これからは僕の時代です。職員の篠崎さんを倒します！！

野中 満喜子

(のなか まきこ)

皆様と楽しく百合が丘で過ごせてとっても楽しかったです。来年もよろしくお願いいたします♡

大内施設長



今年も百合が丘をご利用いただき誠にありがとうございました。寒い日々が続きますので、良いお年を迎えられるよう、お体をご自愛くださいませ。来年もよろしくお願いいたします。

2021年もあっという間に終わってしまいました。たくさんのご協力、ありがとうございました！

2022年も皆様と元気に楽しく過ごせるよう職員一同さらに気を引き締めていきますので、来年もコミュニティガーデン百合が丘をよろしくお願いいたします。

小瀬 嵩

(おせ たかし)

今年は初の子育てであっという間に終わった一年でした。来年も充実した年になるように健康に気を付けて頑張ります！！

柳林 碧

(やなぎばやし みどり)



今年は産休明けで育児と仕事の両立大変でしたが、皆様のおかげで頑張ることができました。また来年もよろしくお願いいたします！

広報誌担当職員

今年1年も広報誌をご愛読いただきましてありがとうございます。これからも、皆様に楽しんでいただける広報誌を作成していきますのでよろしくお願いいたします。

百合が丘 情報局



季節のカルチャー教室を 是非ご堪能ください♪

百合が丘では、毎日午前と午後に違うカルチャー教室を開催しておりますが、その中で季節ごと、特に月ごとのカルチャー教室が目玉となっております。1月のプログラムでは、お正月カルチャーとして4日（火）の『はりこ風とらの置き物』や、8日（土）の『縫わないお守り』、節分カルチャーとして27日（木）の『簡単！鬼のペン立て』や、31日（月）の『鬼型の豆入れ』を予定しております。

また、やってほしい教室等ございましたら、お気軽に職員までお申し付けくださいませ。



脳トレクイズ！

前回の脳トレは難しかったでしょうか。今回は一般問題となります。

問、次の現象に当てはまる言葉は何でしょう。

冬の時期、温かい部屋から寒い部屋に移動すると、心臓に負担がかかって血圧が急激に上昇する現象。

- ① ヒートアイランド
- ② コールドドラフト
- ③ ヒートショック

答えは編集後記の最後♪

編集後記

今年もコロナウィルスと共に過ごした1年ではありますが、昨年より活気のある師走を嬉しく感じる筆者でございます。引き続き、オミクロン株にも注意しながら年末をお迎えくださいませ。さて、今回は脳トレの答えと一緒に豆知識をご覧ください。まず、正解は『③』となります。ヒートショックとは、急な温度変化により血圧が大きく変動することで、結果的に脳梗塞や心筋梗塞等を引き起こす可能性がある大変危険な現象です。家の中で温度差が激しくなるのは特に『お風呂』の時となり、温かい部屋（血圧安定）から寒い脱衣所（血圧上昇）へ移動し、温かい湯船に浸かって（血圧低下）また脱衣所に行く行為（血圧上昇）は、字で見ただけでも血圧の変動が激しいことがわかります。冬場ではヒートショックを起こしやすい為、脱衣所での暖房器具の設置や、長湯をせずに浴槽からゆっくり立ち上がる等の対策をご自宅でも行っていたら、2022年も皆様が健康で活き活きとしたお姿で百合が丘にご来館していただければ幸いです。

それでは、2022年もどうぞよいなに♪

