

ゆりがおか 2019

2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
お出かけツアー♪

お食事ツアー

2月7日(木) ・ 2月14日(木)
2月21日(木) ・ 2月28日(木)

今月のお出かけツアーは、2月の木曜日全週にわたり、そば処『喜楽』に行ってきました。

11時30分に事務所前に集まり、喜楽に着いてから注文し、各々好みのお食事をとっていただきました。

百合が丘から10分もかからないところがあるので、午後にプールなどの予定があるかたや13時に帰られるかたも安心してツアーに参加することができました。

ツアー担当者のイチ押しメニューは、もちろん「鍋焼きうどん」。これを目当てに訪れる人も多いとか。

余談ですが、職員の中にそば処のかたのお子さんがありますので、気になったかたは是非探してみてくださいませ。
※ヒントは、よく事務所でみかけます。



↑ 湯のみに名前があるとはお洒落ですね♪

カルチャー教室 & サロン

今月は、物作り教室の他に
一風変わったプログラムをご紹介します。

フェルト DE にんじん

二種類のフェルトを使用して、にんじん型のブローチを作りました。細かい作業となりましたが、皆様手際良く仕上げました。

どうやら他の野菜も作ってみたいとの声も頂いたようで、担当者も喜んでいました様子でした。

今までの教室では、かぶ・バナナなどがありましたので、次回は何の食べ物になるか楽しみです！




ゴールデンパック



まず、写真奥にある機械の前に座っていただき、水蒸気をあてて肌質をやわらかくしていきます。その後、写真手前にある美容成分たっぷりのシートマスクを顔に10分程貼れば、お肌のハリ・潤いの期待も高まります♪
3月からは「ゴールデンパック」から「保湿パック」に名前が変わります。月に2回予定が入ってるので、気軽に参加してみてください。





カルチャー 掘り下げ隊！

今回は「陶芸教室」をご紹介します！



↑ 一番下のお皿の絵は、
職員の清水さんが可愛く塗りました！

「作りたいものが人と違うが、仕上がる作品が皆バラバラだと時間がかかってしまう…。」

そんなかたにこそ、オススメできるのがこの陶芸教室です♪

作るものはご自身が希望する花瓶・壁掛け・食器など様々。中には30cmを超える植木鉢や置物も！さらに仕上がり色の種類も豊富で、模様や絵を描く事も可能です。手元に届いた作品は、世界に一つしかない皆様の宝物となるでしょう。

時間内にできるか心配なかたでも、ボランティア講師のかたが丁寧に教えてくださるので安心です。

作品を焼き上げる窯は百合が丘内にあるので、無駄な日にちをとらず、教室は月5回あるのでぜひ参加してみてくださいませ。（焼き上がりには1～2か月かかることがあります。）

ご紹介した以外にも、素敵な作品がたくさんできあがりしました。
皆様は気になるカルチャー作品はありましたか？

来月も、毎日楽しいカルチャー教室が開催されますので、ぜひご参加ください♪お待ちしております。

※カルチャー教室の中には、事前予約の教室もあります。
月間スケジュールをご確認の上、事務所にてご予約下さい。



百合が丘 情報局



肩こりが嫌いな人、大集合！

家事や庭の手入れ、疲れなどで肩がこっているかたはいらっしゃいませんか？ご紹介したいプログラムがあります。その名も：『孫の肩もみタイム』。

皆様のお孫さんが百合が丘に来てくださる、ということではなく、職員がもみ・たたきなどを行い、男性のかたでも満足していただける15分となるでしょう。

また、肩もみ中はリラックスキューのような音楽も流しています。

元気でにぎやかな雰囲気の場合が丘ですが、たまには「癒し」を求めてサロンまで訪れてみてはいかかでしょうか。

こちらのプログラムは、筆者である宮内が担当しています。



買い物に行きたい！

ご自身では行きにくい「あそこ」に買い物に行きたいと思っいらっしゃるかた、お気軽に職員にお申し付けください。

家具屋、電気屋、本屋さんなどいつもと違った場所に行ける場合があります。

その際は事前予約となりますので、事務所にて申し込みください。詳しくは廊下前に掲示してある買い物ツアーのポスターをご確認ください。

編集後記

2月になり雪の積もる日が2日ありました。筆者の通勤道は、小学生の通学路と重なっている場所があり、歩いていると小さな雪だるまが寒空に佇んでいる光景が見られ、朝方に外に出ると、水戸では貴重な白一色の景色を楽しむことができます。喜びも束の間、日中で溶けてしまい黄昏時には跡形もなくなってしまう雪には不思議と切なさを感じられます。さて、良くないことにこの時季には肌荒れや喉が痛くなったりしますね。乾燥は冬の大敵です。人体では粘膜が乾燥すると、ウイルスに対する防御機能が低下し、結果、風邪やインフルエンザを引き起こします。また、野菜は水分が低下して鮮度や品質が落ち、さらには湿度不足により静電気がおこり、コピー機など機械類の故障にも繋がります。

空気が乾燥することで、水分が多く体から出る為、暖房をつけても体感温度が低くなり、結果温かさが感じにくくなります。

暖房使用の際は加湿器を使用したり、たまに換気して空気を湿潤させて、冬の乾燥を乗り切りましょう。

担当：宮内