



令和2年6月17日(水)「コロナに負けるなリフレッシュしよう会」を開催しました。新型コロナウイルスの影響で4月から外出自粛となり、利用者の皆様が楽しみにしていた遠出外出やお買い物、家族会等の行事が中止となってしまいました。そのため利用者の皆様に楽しんで頂きたいと、「リフレッシュしよう会」と名付け、ソーシャルディスタンスを保ちながら行いました。

笑いヨガでは看護職員を中心に、顔や口、身体の体操等でたくさん身体を動かしました。利用者の皆様に笑顔が見られ、心も体もリフレッシュできました。次にフラダンスが得意な介護職員が利用者様と一緒にフラダンスを踊りました。身体をしなやかに使った美しいダンスです。髪飾りやレイで雰囲気を出し利用者の皆様もダンスをしながらハワイの言葉である「アロハ!(こんにちは)」や「マハロ!(ありがとう)」と口にして楽しまれていました。

お昼は出前を頼み、親子丼、ハンバーグ定食、からあげ定食、餃子と半チャーハンのセット、握り寿司の5種類から好きなメニューを召しあげました。利用者の皆様からは「おいしい!」とお声をいただき、食べた後の表情はとても満足されていました。

利用者の皆様は外出もできないためにストレスや不安を抱えていらっしゃると思います。みんなで笑って盛り上がることで、心身共にリフレッシュすることができました。この困難を皆様と一緒に乗り越えていこうと思います。