第二静光園だより

冬

４２号
令和４年２月２８日発行

社会福祉法人ひかりの園　　養護盲老人ホーム　　第二静光園
〒４３１－２１０２　静岡県浜松市北区都田町８０９１番地の８　　ＴＥＬ　０５３－４２８－３１２８

12月　クリスマス会

１２月１４日クリスマス会が行われました。　昼食はクリスマスを彩るカレーピラフやカニクリームコロッケ等、みんなが好きなメニューが勢揃い!!!
心はウキウキ、お口はパクパクと召し上がりました。職員サンタによる楽しいイベントもあり、大盛り上がりの一瞬となりました。

おもちつき

１２月２１日餅つきが行われました。つきたてのおもちは格別!!昼食にもおもちが出て、つきたてできたてのおもちを堪能されました。おもち最高！

2022　1月　新年祝賀式

1月1日新年祝賀式としてお昼ご飯は豪華絢爛おせち料理をいただきました。新年から心も体も満たされました!

新春ゲーム大会

新春ゲーム大会にて「ダービーゲーム」を行いました。白熱したゲーム展開で大盛り上がりでした!

2月 節分

2月3日節分を行いました。皆さんの一心不乱でお菓子を拾う姿は新鮮で、また違った一面を垣間見ることができました!

針供養

2月８日針供養を行いました。針の尊さやお世話になった気持ちを込めて一人一人大事に供養をしました。

こころ健康

昨年は、仕方がないことですが、心おきなく外出や旅行を楽しむ機会が減り、代わりにさまざまな制限がかかる中で、窮屈な思いをして、ストレスがたまっていませんか？

ストレスを上手にコントロールするポイント

①自分のストレス反応を知ろう

例えば疲れがたまるといつも、イライラする、食欲がない、お腹や歯がいたくなるなど、自分なりのストレス反応を知っておきましょう。

②ストレス反応に気付いたら早めにセルフケアをする。

ストレス反応に気付いたら、休息をとったり、気分転換をしたりするなど、早めにセルフケアをすることがストレス解消を促し、メンタルヘルス不調の予防にもつながります。

～全国健康保健協会ホームページより～

NHK歳末たすけあい助成金

今年も令和３年度（第７１回）NHK歳末たすけあい助成金の交付を頂き、クリスマスプレゼントの衣類や、新年祝賀式の食事に使用させて頂きました。この交付により、年末年始を楽しく過ごすことが出来ました。寄付者の善意に心より感謝申し上げます。

3回目のコロナワクチン接種

２月１０日と１７日の２回に分けて、全員無事にワクチン接種を行うことができました。

行事予定

４月

開園４０周年記念式典

3月

ひな祭り
墓参り
お花見

5月

遠足

苦情・相談

〈１２月、1月、２月の苦情・相談等の報告〉

特にありませんでした。

編集後記

今年度は、夏季・冬季とオリンピックは開催され、まさにオリンピック一色となりました。コロナ禍によって行動や生活が制限される中で、ドキドキやワクワク、そして多くの感動を我々に届けて下さいました。まだまだ我慢の時間が続きますが、生活が戻ることを祈って過ごしていきたいですね。