

わくわく！元氣通信

『老後の今だから、新たなことにチャレンジする！鶴亀寿々庵はアクティブシニアを応援します！』
デイサービス鶴亀寿々庵小倉沼南ニュースレター 第7号

【生活リハビリ】野菜の収穫を行いました！

前回、植えた野菜苗のご報告です！

デイサービス鶴亀寿々庵小倉沼南では毎年、**夏野菜の栽培**にチャレンジしています！

前回の「わくわく！元氣通信」では野菜苗を求めて近所の平田ナーセリーへ全員でお出かけしたことお伝えしました。

今回はプランターで栽培されている鶴亀寿々庵の家庭菜園の様子とお待ちかねの収穫の様子をご覧くださいます！

気温が高く外出をする機会が少なくなっているご利用者さまも施設の外で楽しく活動をしている姿が見られています。



また、日々ご自分たちの植えた野菜たちの成長を観察され自然と話題になり、結果的にコミュニケーションの中心となっています。

大きく育った野菜苗を収穫し笑顔満開！



実際に大きく育った野菜を手にとり早速収穫をしていただきます！

家庭菜園の野菜をご自分たちで収穫する作業は**自分たちが植えた野菜が育った**といった喜びや嬉しさを感じいただける非常に良い体験となっています。

今回はきゅうり、なす、トマト、ピーマン、おくら等、新鮮な夏野菜がたくさん採れました！

収穫をした野菜を見ながら**「きれいな野菜がたくさん採れた！」**「家ではピーマンは肉詰めにしていたわよ！」などと料理の話題となるなど様々な会話が飛びかっています。

ご家族からも**「昔は家で野菜をよく作りよった。」**などご自宅でご家族との会話のきっかけとなり大変喜ばれています。



●お気軽に尾問い合わせください！

電話/FAX **093-982-4856**

車椅子でも楽しく野菜収穫できます！

車椅子でも元気に収穫に参加します！

日頃はあまり積極的に動かないご利用者さんも野菜の収穫となると気分良く歩かれ外の空気に触れることができます。

またプランターは低く車椅子に乗ったままでも安全に収穫を楽しむことができます。

ご利用者さま同士でも協力しながら楽しく野菜収穫を体験していただくことで協調性が生まれ、「**大きいきゅうりがあるよ。これも採ったら！**」などお互いに気遣う関係性が自然と生まれています。

●野菜苗の植え付けや収穫の様子はデイサービス鶴亀寿々庵小倉沼南のブログや



フェイスブックで詳しくご確認できます。ぜひご覧ください。

【アメーバブログ】

<http://ameblo.jp/turukamejujuan/>

水遣りや成長観察をしながら育てて食べる！

昔の体験や知恵が活かされています。

ご利用者さまの中には「昔は家で畑をやりよった。」といった方や家庭菜園が趣味だったという方も少なくありません。ご自宅ではなかなかできない作業を鶴亀寿々庵で行えることが楽しい様子でみんな意欲的に野菜の収穫に参加して頂きました。



また、採った野菜をその日の昼食ですぐにお出しすることでテーブルに並ぶと「**わあ！このナス大きい！**」「**これ今朝採ったトマト？**」等と会話も弾みます。

普段あまり野菜を食べるのが得意でない方や食の細かい方も自分たちが育てて収穫したといった体験を通すことでもりもりと美味しそうに食べていただけています。

野菜の収穫は玄関に入ってすぐの場所に大きな「野菜収穫グラフ」を貼り出していますので誰でもかんたんに確認することができます。鶴亀寿々庵では収穫記録を毎日付けることで少しでも記憶に留まる事や興味関心への持続効果を期待しています。