



サポートハウス

夢の郷

サンシェア

和's

Vol. 71
2025.5

お花見を行いました♪

サポートハウス夢の郷で

夢の郷・和's 便り。

春の音楽祭😊



次回の Be Playful
乞うご期待 😊

「サンシェア和's Be playful-」
サンシェア和'sでは4月18日、皆様からのご要望にお応えし、遊び心を大切に
♪ワクワク・ドキドキのレクリエーション
企画を開催致しました。

～ 本日の活動メニュー 😊 ～

① 心と体の免疫ケア

「yoga 教室 😊」

② 思う存分歌おう♪騒ごう♪

「春の音楽祭 😊」

③ 誰の作品が一番人気?!

「スウィーツ教室 😊」

今回は3つのメニューを準備し、男性・女性問わず、皆様が自由に選びそして楽しみ、また、新しい物事にチャレンジする内容のものををご用意いたしました 😊

～ 参加された皆様から 😊 ～

① yoga「今までやった事がなかったけど、これならワシでも出来る。」

② 音楽「懐かしい曲を思う存分歌ったので、何だか若返った気がする。」

③ スウィーツ「簡単だったし、さっそく孫と一緒に家で作ってみるわ。」等々のご感想をいただきました。

今回の活動を通じて皆様の新たな一面を発見させていただくことができました 😊
5月もお楽しみに 😊



最高のお花見日和🌸

「夢の郷お花見企画」

4月6日(日)に毎年恒例行事のお花見を行いました😊

当日は天気にも恵まれ最高のお花見日和のなか参加された方々からは、「桜は綺麗だし、弁当もおいしいし最高」「普段あまり外に出ないから、こうやって外で気持ちよく食べれて嬉しい」と言ったお言葉を頂きました。

お花見弁当も
大好評でした♪



花見日和だ😊



みんなで記念撮影😊



またドライブ行こう🚗



yoga 教室😊



一番ええように作るで🍷



スイーツ教室😊

「サンシェア和's お花見ドライブ」

4月「春」「お花見」令和7年4月7日～11日の1週間「お花見ドライブ」を実施致しました。

期間中は春の心地よい気候とともに、皆様からの一押しをお聞きし「久美浜町内桜の名所巡り」を楽しんでいきます。😊
参加された皆様からの声は?!

「うわあ、満開だわな。綺麗だ」
「こんなエエところがあるんだ」

「次は弁当持ってこよう」
町内にある桜の名所を巡られ、とても満足しておられました。😊

さくら知識

桜の香りと言われるものはクマリンという成分でリラックス効果等が期待できます😊

桜並木でのウォーキングは、クマリン効果で、過度な負荷を感じずウォーキングを楽しめますよ😊

次回😊

5月!?と言えは!😊 お楽しみに♡

サポートハウス夢の郷(担当:野村)・サンシェア和's(担当:伊賀)
住所:京丹後市久美浜町湊宮 10467 番地の 390
TEL 0772-83-2525 ・ FAX 0772-83-2626

