

セントラル堀田新聞

第33号
2ヶ月1回発行
H27年11月10日

敬老会

森かつし ミニコンサート

毎年恒例の敬老会が9月20日に開催され、演歌歌手の森かつしさんにお越しいただきました。今回で何と6回目になりますが、相変わらず人気は健在。特に女性ファンは開始の数分も前から前列を陣取り、森さんの登場を待っていました。

そして、白いスーツで身を包み、「誰か故郷を思わせる」を歌いながら本人の登場。途中、トークも交えながら、利用者様とのコミュニケーションも大切に取られていました。森さんに、「あら、奥さん肌お綺麗ですわね」と言われ、「きゃーまあ〜!」と嬉しさと恥ず



かしさから、頬を赤らめている女性利用者様もいらっしやいました。

「帰り船」「異国の丘」「雪椿」「柿の木坂の家」を熱唱。アンコールは「長崎の女」「赤いランプの終列車」の2曲と大サービス。スタッフに「時間大丈夫ですか?」と一言断りを入

れられた後、森さんの心遣いで、利用者様と一緒に「青い山脈」を歌われました。



コンサート終了後、森さんは別れを大変惜しまれ、利用者様一人一人の元へ行き、「ありがとうございます。お元気で」と固い握手を交わされました。最初から最後まで、大変紳士的で素敵な方でした。

白玉だんご

今年シルバークウィークという大型連休があり、皆

さんはいかがお過ごしでしたか? 2階では、敬老の日という事で、皆様のお好きな「白玉だんご」を作りました。



朝10時から仕込み開始。3袋の白玉粉に水を加え、耳たぶ位の固さにした後、せつせと丸め、沸かしたお湯でプカプカと茹で、水でさらしていただきました。



おやつ時間に、あんに、きな粉、黒蜜をトッピングして召し上がっていただきました。おもてなしにお抹茶を用意すると「よく合うな」と舌鼓を打たれていました。

食欲の秋を感じる1日となりました。

ハロウィン

10月31日はハロウィン。5・6階では、ハロウィンにちなみ「かぼちゃのパンケーキ」を作りました。ホットケーキミックスにパンプキンスープの素を混ぜ、ホットプレートで焼きます。



トッピングにバター、メイプルシロップやチョコプレートを使用し、見た目もオバケっぽくしてみました。



利用者様からは「かわい
い」「雰囲気出てる」など
の声をいただきました。



嚥下の点から、パンケーキが食べれない方にはプリンを召し上がっていただきました。

満100歳

10月には、5階に入所されている弥栄キヨ様が満100歳のお誕生日を迎えられました。当日は、ご家族様と職員でお祝いをさせていただきました。



大正4年生まれですが、今でも元気に過ごされており、職員が話しかけると笑顔で返事をして下さるとても素敵な方です。これからも元気で長生きして下さい。

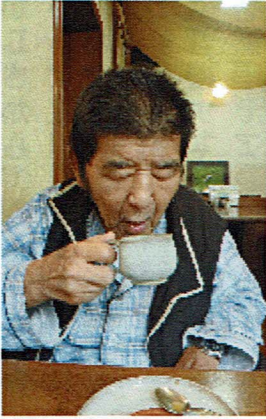
喫茶茶店

過ごしやすい秋の日がやってきました。ようやく迎えたお出掛け日和ということで、皆様が待ちに待った喫茶レクの始まりです。いつもより、ほんの少しお洒落をして、朝からフロアー内にウキウキが広がっていました。

「行って来るね！」と声をかけ、レクのたびにお世話になってる喫茶店「カフェ・ド・モア」さんへ向かいます。



久しぶりの喫茶店。美味しいコーヒーに夢中です。



朝ご飯を済ませた後でもモーニングセットは別腹で、つつい食べ過ぎてしましますね。



新聞を振り返ってみますと、前々号も3・4階は喫茶レクでの皆様の笑顔をお届けしてました。多くの利用者様に好評なレクは頻度が高くなります。



皆様の体調管理に注意しながら、より楽しい毎日をお過ごししていただけるよう、スタッフ一同頑張ります。



デイケア便り

書道教室

デイケアでは、今年4月より書道の先生をお招きし、書道教室を開いています。

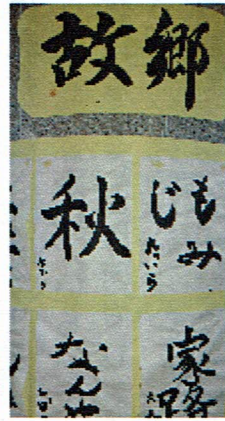
皆さん朱書きのお手本を見ながら真剣に書かれています。



始めた頃は中々書き出せなかった方も、先生に手を取っていただきながら筆に慣れる所から始め、自信がなく小さな字を書いていた方も、今では大きく立派な字を書く事が出来るようになりました。



元々得意としている方には自慢の腕を揮っていただき、皆さんそれぞれの個性を大切に伸び伸びと書いていただいています。10月は「故郷」と題し、季節の一言や言葉を書きました。



細筆を使い、皆さん合作で季節の歌の歌詞を書いたものは、ホワイトボードに張り出し、楽しく歌を歌っています。



スタッフ紹介

宜しくお願ひします。
《西牧美香・2階介護》



《山内一弘・2階介護》



《磯野久美子・3・4階介護》



《福井規子・3・4階介護》



《島田美憂・3・4階介護》



《宮本美可・5・6階介護》



行事食



10月行事食（栗ごはんと秋刀魚）

*掲載されている写真はご本人様、ご家族様の承諾を頂き、掲載しております。

事務所だより

朝夕の寒気が身にしみる頃となりましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか。事務員の鬼頭です。秋は食べ物美味しい季節。収穫を祝い、祭りを催す地域もありますね。お祭りといえば、私の住む地域でも町内のお祭りがありました。子どもたちが「ワッショイ」と神輿を担ぎ元氣よく歩いていました。そのお祭りで私が白熱する行事が、神社で行う「餅投げ」です。祝い事で行いますが、本来は「災いを払うため」に行うそうです。その餅投げは一言で申しますと「戦場」です。紅白の餅の由来は源平合戦で赤と白の旗印に分かれて戦った事が由来とされていますが、本当に合戦のようです。激しい行事ですがこんな機会滅多にないので毎年楽しみをしています。

今年も残り2ヶ月です
が、お体に気をつけてお過ごしください。

まずように……！

【オシャレは足元から】
私たちの生活に欠かせない靴。みなさんはどのような靴を選んでいきますか？靴を選ぶ際に、いちばん気になることは何でしょうか。サイズ？デザイン？どちらも大切なものだと思います。

自分の足にあったサイズの靴こそ、いちばん快適で安全に移動できる靴と言えるでしょう。そこで、私たちは様々なサイズのサンプルを取り寄せ、利用者様ひとりひとりの足に合ったものを提供しています。デザインは限りませんが、転倒の



リハ通信

危険からは守られます。また、足に合った靴は、足を綺麗に見せてくれる効果もあります。

履きやすさを重視して、大きめのサイズのものを買入している方も多いと思われれます。今後の安全のためにも、ぜひご自身で一度試してから、「自分の足に合った靴」を探してみてくださいいかがでしょうか。

栄養ワンポイントメモ

管理栄養士の

今回は牛肉について紹介したいと思います。

牛肉は部位によってそれぞれ栄養価が異なります。ももの赤肉部位は他の部位よりエネルギーが低く、低脂質・高蛋白で消化の良い食材です。ミネラルは鉄や亜鉛に富み、ビタミンはB2、ナイアシン、B6、B12、パントテン酸、などのB群が豊富です。蛋白質、亜鉛、ビタミンB群の相乗効果で、冷えや床ずれの予防にも有効です。

これからの寒い季節に備

え、良質なたんぱく質を摂って冷えを防ぎましょう。



編集後記

少しずつ寒くなってきましたが、いかがお過ごしでしょうか。スーパへ行く秋の味覚がいっぱいで美味しそうです。

先月の行事食でサンマが出ました。秋だなーって思いますが、でもサンマは、今後漁獲量が減る見込みですので。さびしい限りですね。サンマが高級魚になりつつありして。なら早くマツタケの人工栽培を成功させて・・・なんて勝手なことを思っています。

寒さも本格的になる前に、しっかり食べて、風邪やインフルエンザに負けない体力をつけましょう！

施設長 西本潤子