

スマイルスマイル新聞

2月号

令和4年2月 20日発行

発行責任者：宮澤はつみ

岡谷市長地片間町1-11-1

ウェルハートおかや



ショートステイ便り



短期入所生活介護事業所

今年は諏訪湖の御御渡りが期待されていましたが、残念ながら明けの海となりました。春の訪れが待ち遠しい今日この頃ですが、皆様いかがお過ごしですか。

2月3日節分の日にはショートでも豆まきを行いました。鬼が登場する前に「美味しいよ、ほれ食べな〜。」と福豆を食べてしまわれる方もいらっしゃいましたが、鬼にめがけて、豆を投げました。最初は控えめに投げていらした方も、徐々に力が入り…。一度投げた豆を拾って、もう一度投げる方など、大いに盛り上がりました。「思いっきり投げられて良かったよ。おもしろかったね。」との言葉が聞かれました。豆まきの後は、鬼の塗り絵をして楽しんで頂きました。



＜ とある一日 ＞

ご利用のAさんが、ショートにあるエレクトーンを弾き始めると、自然と周りに居る御利用者から歌声が聞かれます。その歌声に合わせてAさんの演奏にも熱が入ります。エレクトーンと歌声が重なり合う、穏やかで素敵な時間が過ぎていきます。



厨房便り



春の訪れが待ち遠しいですが、まだまだ寒さの厳しい日が続きますね。体調を崩さないように食事の栄養バランスに気を配り、睡眠は十分にとって体を休め元気に過ごせるようにしましょう。寒さに負けず、身体を温めてくれる冬野菜は、主に根菜類（大根・ごぼう・かぶなど）を積極的に摂りたいですね。

節分の日メニューは、大豆（畑の肉と言われるほど栄養価は優れています）やイワシ（カルシウムやビタミンDが豊富で、DHAやEPAも含まれています）を使い、栄養バランスの良いメニューを提供させていただきました。

☆2/3（水）節分の日メニューをご紹介します

◎山菜ご飯、ミニとろろそば、いわしのかば焼き、五目豆、菜果なますを提供させていただきました。



節分メニュー

スマイルスマイル新聞

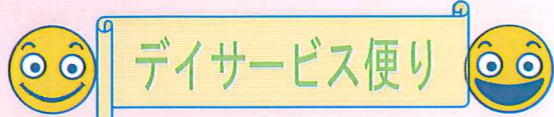
2月号

令和 4年 2月 20日発行

発行責任者：宮澤はつみ

岡谷市長地片間町1-11-1

ウェルハートおかや



2月に入り久しぶりにしっかりと雪が降り、
あっという間に外が雪景色となりました。
春が待ち遠しいですね。

★テイルームの様子★



コロナ感染予防の為、テイルームでは隣との間にアクリルのボードを置き、向かい合わせにはテーブルを繋げて間隔を広く取るような配置にしています。また、レクリエーションも各テーブルで行えるようなゲームを考えて行っています。これからも皆さまに楽しんでいただけるように工夫していきたいと思います。

★健康を祈って豆まき! コロナに負けるな!★



3月のお風呂

日替わり風呂：3/14～19



2月3日・4日・5日の3日間で節分の豆まきを行いました。午後のレクリエーションで鬼退治ゲームを行っていると、外から鬼が乱入してきました。事前に配った落花生を鬼に向かって一生懸命に投げる方や、中には投げずに割って食べる方も…。今年も病気をせずに一年元気で過ごしていただきたいと思います。豆は歳の数プラス1個多く食べると、健康で幸せな歳になると聞きました。

豆まき

3月の予定



3月の中旬にお彼岸があります。それに合わせてぼたもちを作ります。ご自分で食べる分はご自分で作っていただく予定です。

春はぼたもち
秋はおはぎと言
うそうです。



文旦をいただいたので、皮を剥いて中の果肉も美味しくいただきましたが、外の皮を茹でて何回かゆでこぼして、砂糖で煮てお菓子を作りました。お茶の時間につまんで食べています。

◎ 一般型、認知症対応型共に利用の空きもありますので、振り替え利用、追加利用
曜日変更、夕食付き延長、お試し利用等 気兼ねなくご連絡ください。

電話：28-0755 担当：武井、渡邊、高澤