

# スマイルスマイル新聞

3月号

令和4年3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

季節の移ろいと共に、食堂から見える風景も徐々に変わってきています。

少しずつ山々の雪も消えてきましたが、まだ山頂に雪の残る富士山を見て「雪をかぶった富士山は綺麗だねえ～。」「雪のかぶった富士山もじきに見られなくなるね～」等々の声が聞かれました。

新型コロナウイルスの流行がなかなか収まらない中、引き続き定期的に換気を行ったり、マスク着用など感染予防対策をとりながら、運動不足にならないように体操を行ったり、音楽鑑賞などを行っています。

### ＜持ち物への記名のお願い＞

ご利用の際、「荷物チェック表」への記入にご協力いただきありがとうございます。

再度のお願いとなりますが、衣類や洗面用具、靴などご持参いただく物への記名についての確認をお願い致します。また、帰宅後にお荷物の不足や間違いなどありましたらお手数ですが、ショートステイまでお知らせいただきますようお願い致します。

※ショートステイ 直通電話 0266-28-0751

## 厨房便り



春は、季節の切り替えの時期で体調を崩しやすく、肉体的にも精神的にも負担が多い時期です。春の柔らかい野菜は、消化しやすく疲れた胃腸にもやさしいので、疲れた体にはもってこいです。また、苦味や香りの強い野菜や山菜は、冬の間にためてしまった体内の老廃物を体の外に出してくれる解毒作用や新陳代謝を促進する働きがあります。

### ～3/3（木）ひな祭りのメニューのご紹介をします～

ちらし寿司、手毬麩とみつばのすまし汁、  
鶏肉の唐揚げ胡麻味噌ソース、長芋の白煮花麩添え、  
桃のムースを提供させていただきました。





# スマイルスマイル新聞

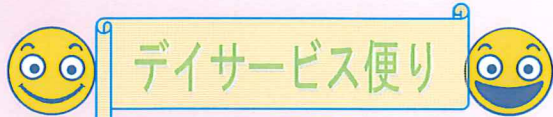
3月号

令和 4年 3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



少しずつ日差しが暖くなり、たくさん積もった雪も溶けました。福寿草も咲き、これから咲き始めるたくさんの花が楽しみです。

## ★ひな祭り★



毎年テイルームに飾っていた雛人形を、今年はウェルハートの玄関に飾りました。「これはここだね。」「この人はこれを持ってるね。」などと皆さん相談しながら飾っていました。3月いっぱい飾って皆さんに楽しんでいただきます。

★新しいテーブルゲームを行ったり、4月からの新しい壁画作りを行っています★



4月のお風呂

お花見風呂：4/11～16



桜もち作り



## 4月の予定



よもぎ団子作り

じゃが芋の種芋蒔き

ふき味噌作り

外出

お花見ドライブ

を予定しています。



3月8日（火）に桜もち作りを行いました。

今年は関西風の（道明寺）を作りました。

炊飯器で炊いた餅米に、砂糖水を加えて蒸らして餅米で生地を作り、それを薄く広げて餡を包んで、仕上げにサクラの葉で巻きました。季節を感じるおやつが完成して「きれいだね。」「美味しいね。」と皆さん笑顔で食べていました。サクラの葉の塩気と餅米とあんこの甘さが調和してとても美味しかったです。（自分の食べるものは自分で作りました。）

◎ 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