

スマイルスマイル新聞

12月号

令和5年12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

2023年も残すところあと僅かとなりました。この1年長かったという方もいらっしゃる、短かったという方もいらっしゃると思います。振り返れば、楽しい、嬉しいニュースもあれば、悲しい、つらいニュースもありました。皆様は、どんなニュースが印象に残っていますか？

今年は、新型コロナ後、初の規制のない年末年始となります。楽しいお正月をお過ごし下さい。

今年もウェルハートおかやをご利用頂き誠にありがとうございました。来年もご利用お待ちしております。

<1月18日(木) 新年会>

1日限りではありますが新年会を予定しております。お鍋を計画しているのでぜひご予約下さい。



食堂の壁画もクリスマス模様になりました。

厨房便り



寒い日が続く、体が冷えてしまうことも多いですね。食べ物で体の芯から温めるのもその一つです。体を温める食材としては根菜類(ごぼうや大根など)、発酵食品、香辛料(生姜やにんにくなど)があります。冬に美味しい野菜や魚介類を使って、スープや煮物で体を温めて風邪をひかないようにしましょう！

今回の楽しみメニューは静岡県：わさび菜しらすご飯、静岡おでん風(大根・ちくわ・ハンペン・おでん昆布・うすら卵)、野菜の精進炒め、チンゲン菜のごまドレ和えを提供いたしました。また皆さんと一緒に召し上がれば、心も体も温まりますね。青森、宮崎県と続いています。旅行気分であちらこちらへまわっていきたいと思います。

12月18日～23日まで忘年会週間お楽しみ弁当のグルメ週間です。お楽しみに！

スマイルスマイル新聞

12月号

令和 5年 12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

デイサービス便り

秋の夕日に照る山紅葉～♪。

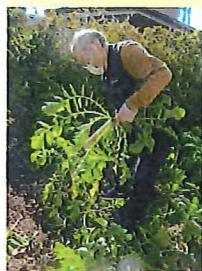
デイサービスでも紅葉狩りをして参りました。



今年は、あっという間に秋が通り過ぎてしまいました。デイサービスでは、紅葉が綺麗な時期に「紅葉ドライブ」を行いました。期間は11月6日(月)～11月10日(金)です。皆さんの中から希望を募り、5日間をかけて行いました。ウェルハートを出発して、下諏訪町役場の前を通り、出早公園経由でウェルハートに戻るという約40分ほどの行程でした。参加された方からは「やあ、来て良かった。本当に綺麗だね。」「紅葉も綺麗だけど久しぶりにドライブができて、良かったよ」との感想が聞かれました。

12月は、忘年会週間を行います。多くのボランティアの方々にも参加して頂く予定です。どうぞ皆様ご期待下さい。

ひまわり便り 大根もち作り



1月の予定

- ・カボチャのいとこ煮
- ・五平餅
- ・書き初め

◎昔やっていたお正月の遊びも取り入れていきます



沢山できた大根を収穫して、大根もちを作りました。大根をすりおろして片栗粉と小麦粉を混ぜて焼いた物で砂糖醤油を絡ませて食べました。皆さん初めて食べたと話しをされていましたが、「美味しいね」と好評でした。季節の物を収穫して食べると美味しいですね。次回も収穫した物でお料理をしていきます。

◎ 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：福田、武井、高澤、渡邊

ウェルハートのホームページです。スマホで読み取ってご覧下さい⇒

