

スマイルスマイル新聞

3月号

令和6年3月19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

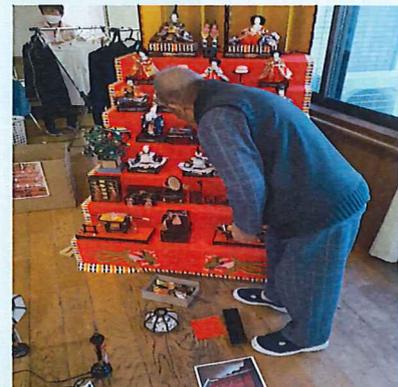


短期入所生活介護事業所

寒い日・暖かい日を繰り返しながら徐々に春の訪れも感じられるようになりましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか。

短期入所では、ご利用者の皆様とひな人形の飾り付けを行いました。「これはどこに置いたっけ?」「こっちだよ。」等話しをしながら、楽しく飾りました。出来上がった、ひな飾りを見て「きれいだねえ。」「上手に飾れたねえ。」と話されていました。

今後、暖かくなったら、天気の良い日には直接肌で季節を感じて頂けるように、中庭に出たり、外出等計画していきたいと思えます。



厨房便り



春は、気圧の変化や寒暖差が大きく生活環境の変化などで、体調を崩しやすく、身体的にも精神的にも負担が多い時期になります。春の野菜は、消化しやすく疲れた胃腸にもやさしく、苦味や香りの強い野菜や山菜は、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。旬の野菜を取り入れながら元気に春を過ごしましょう。

昨年の8月より始めた各都道府県の郷土料理やご当地メニューを取り入れたお楽しみメニューです。2/29(木)は【島根県】すもじ(さばのちらし寿司、ミニ出雲そば、菜の花とさつま揚げの煮浸し、チンゲン菜とエノキの梅マヨ和え、を提供しました。

スマイルスマイル新聞

3月号

令和 6年 3月 19日発行

発行責任者：宮澤はつみ

岡谷市長地片間町1-11-1

ウエルハートおかや

デイサービス便り

暦の上では、春というのに雪が降ったり肌寒い日もあります。お身体にはお気を付け下さい。



* 吊るし飾り作り *

* 流し雛フリスビーゲーム *

デイサービスでは、2月28日・29日の2日間を使い、お花の吊るし飾り作りを行いました。まず、フェルトでできた丸いボンボン5個に、細い針金を通し5角形にまとめます。そこに、芯となるボンボンをはめ込むと、可愛いお花が出来上がります。今回は、大小2つの花を作り毛糸で繋げ吊す事ができるようにしました。作成途中は皆さん「難しいね。」と言う声も聞かれましたが、完成すると「大変だったけど、できたら可愛いね。」と大好評でした。

3月2日では雛祭りにちなみ、ひな祭りフリスビーを行いました。紙皿にお雛様の絵を貼り、それをフリスビーに見立て得点を競います。慣れるに従って高得点が続出でした。

ひまわり便り

桜もち作り



4月の予定

- ・お花見外出
- ・桜もち作り
- ・五平餅作り



3/6(水)に桜もち作りを行いました。今年も餅米に桜の塩漬けと食紅を入れて炊いて、道明寺桜もちを作りました。桜の葉の塩漬けがなくても桜の塩漬けのお陰で風味も良く、見た目も匂いも楽しめる桜もちができました。

◎ 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：福田、武井、高澤、渡邊

ウエ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⇒

