

# スマイルスマイル新聞

4月号

令和7年4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

桜の便りが各地から届く中、待ちに待った横河川沿いの桜並木もようやく開花されました。今年は全国的に寒い日が続いたため、花びらが散らずに長持ちしているとニュースで聞きました。4月に入ってから雪が舞ったり、雨の降る日が多かったからでしょうか…。。花冷えの頃は体調を崩しやすいので、体調に気をつけてお過ごし下さい。



午後の余暇時間に食堂に飾られた桜の飾りを見ながら熱心に色塗りをしたり、折り紙で桜を作っていました。

出来上がった桜の飾りを食堂の壁に貼ってとても綺麗な大きな桜の木が完成しました。

## 厨房便り



春の訪れと共にいろんな花々が咲き始め、お花見や行楽も楽しい時期です。しかし、まだまだ寒暖差もあり体調を崩しやすい、または疲れやすい時期でもあります。免疫力を高められるように十分な睡眠と一日3食バランスの良い食事に心がけ、水分補給も忘れないようにしましょう。

来月5月1日はウェルハートおかや創立記念特別メニューになります。お赤飯に天ぷら盛り合わせ、紅白ゼリーなどを予定しています。お楽しみに！

### <3月25日お楽しみメニュー紹介>

えび天うどん、野菜の精進炒め、ほうれん草の和風和えをご提供しました。

## デイサービス便り



手作りの桜です



## 桜が咲きました



ボーカリストKUMIKOさんのミニコンサート



○一足早くテイルームの桜の花が満開になりました。この花は3月21日、22日と2日間にわたり、作品作りとして皆さんと一緒に手作りした桜の花です。少しずつ数を増やしていきながら、現在のように満開となり、デイサービスの入り口で毎日出迎えてくれています。

横河川の桜もここ数日の好天で見頃となり、4月14日から帰りの送迎時にお花見を楽しむことができました。

○3月29日には岡谷市在住のボーカリストのKUMIKOさんが、バイオリン奏者の下平さん、ピアノ奏者の高木さんと一緒にミニコンサートを開いてくださいました。昔懐かしい童謡から昭和歌謡まで、KUMIKOさんの素敵なお喋りと共に、楽しい時間を過ごすことができました。

## ひまわり便り

## サクほろきな粉クッキー



### 5月の予定

- ・椿餅作り
- ・諏訪湖ハイツへ足湯外出
- ・藤の花見外出
- ・じゃが芋の種芋蒔き

3/31(月)に皆さんでクッキー作りを行いました。

ポリ袋に小麦粉、きな粉、砂糖、塩を入れて混ぜるだけのお手軽クッキーです。2種類のきな粉を使い、混ぜたあとは皆さんに丸めてもらい、オーブンで焼きました。簡単にできて、サクサクの食感を楽しめるクッキーでした。

5月も外出やおやつ作りの予定が盛りだくさんです。楽しみにしててくださいね(^\_^)

◎ 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⇒

