



四季の里だより



No.284 2022年12月号

介護老人保健施設『四季の里』

新座市北野2-14-8

TEL 048(482)8008

<https://www.shikinosato.jp/>

11月行事の報告



11月の行事は新型コロナウイルス感染症予防の為、各階で行いました。

2F 11月19日(土)に美空ひばりさんのDVD鑑賞会を行いました。若かりし頃の白黒の画面で、少々暗く見づらかったかもしれませんが、昭和の時代を懐かしんでいただけたでしょうか。



3F 11月16日(水)今年の文化祭は「みんなでダンス!!」をテーマに開催しました。職員が踊る“上半身を使ったリズム体操”に合わせ、入所者様も一緒に身振り手振り楽しくダンスを踊られました。



4F 11月15日(火)に洋画のテレビ鑑賞会を行いました。普段とは違うジャンルでしたが皆様真剣な表情で最後までご覧になっていました。



《11月 行事食メニュー》

- ・さつま芋ごはん
- ・天ぷら盛り合わせ
(海老・舞茸・ピーマン・かき揚げ)
- ・ほうれん草の菊花和え
- ・具沢山汁・白桃羊羹



一年を振り返って

12月になると今年の10大ニュース、流行した歌や活躍した人等々、今年一年を振り返る話題が多く聞かれます。クリスマスに間近に控え年末の準備で浮かれている気持ちに、一年間のその時々感情が思い出されて今年もあつという間だったなあと感じます。私個人としては無難に過ごせた一年に幸せを感じ、今年も頑張ったなあ自分を褒めてはいるものの、やはり盛り上がり欠けたな、との思いは否めません。新型コロナウイルスを理由にのんびりだらりと過ごしたので、何も起こらないのは当然ですが。そこで少々気が早いのですが来年の目標として、もっと有意義に過ごす事、今まで中途半端にやっていたことを真剣に取り組む事を考えています。この決意が三日で終わらないことを胆に銘じて。

久しぶりの観光地

新型コロナウイルスが少し落ち着いて、以前訪れたことのある埼玉県超有名スポット川越に行ってきました。川越といえば「小江戸」と呼ばれる江戸時代の風情が残る街にずらりと蔵造りの建物がならんでいて、お芋を使ったスイーツが有名です。前は子供にレンタルの着物を着せて歩いて回りましたが、今回はしばらく歩くと疲れた歩きたくないというゆくりで、駄菓子とお芋チップを買ってすぐに帰ることになりました。もう少し大きくなり弱音を吐かなくなる歳になったらベンジしてゆくりと食べ歩きをしながらビールを飲みたいと思いました。



《1月のお知らせ》

★2023年1月5日(木)はデイケア・イベント食【おせち松華堂弁当】です。

- ＊赤飯 ＊赤魚の粕漬け焼き ＊松風焼き ＊だし巻き玉子
- ＊紅白なます ＊黒豆 ＊さつま芋きんとん ＊梅羊羹
- ＊すまし汁(手まり麩・カイワレ大根)

★2023年1月25日(水)は世界の国民食【スイス】です。

- ＊バターロール(いちごジャム) ＊チーズフォンデュ風シチュー
- ＊温野菜とソーセージ ＊フィレ・ド・ペルシェ(白身魚のフライ)
- ＊具沢山スープ(ほうれん草・人参・さつま芋)
- ＊チョコレート風味デザート

お楽しみに♪

★スイスの郷土料理の代表格「チーズフォンデュ」。「スイス版鍋料理」とも形容されますが、日本のすき焼きや水炊きに比べると食材はいたってシンプルです。でもこのシンプルさが意外に美味しく、特に寒い冬などはどんどん食が進みます。

年末年始のお知らせ

四季の里窓口、デイケアは12/30(金)～1/3(火)までお休みとさせていただきます。ご予約でのオンライン面会も上記期間は休止となります。大変心苦しいのですがご了承ください。尚、直接面会は新型コロナウイルス感染症の感染者数増加を鑑みて、12/10より中止しております。再開時は改めてお伝えします。ご不明な点がございましたら、12/29(木)までに事務所までお問い合わせください。よろしくお願い致します。



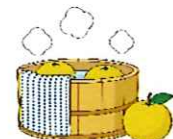
デイケア通信



立冬が過ぎ、朝晩めっきり冷え込んできました。デイケアでは利用者様の送迎をしていますが、この秋は木々の葉が赤く色づき、イチヨウの葉が黄色く美しい紅葉(黄葉)が送迎中にたくさん見られました。もみじなど赤くなる葉を紅葉と言ひ、イチヨウの葉のように黄色い葉を黄葉と言うそうです。黄に葉と書いて「こうよう」と読むのが一般的だと思いますが、会話の中では紅葉と区別が出来ないとのことで黄色を強調するために「おうよう」と言われる方もいるようです。ちなみに万葉集では黄葉と書いて「もみぢ」と読むそうです。これから寒くなると空気も澄んで富士山もきれいに見えるので楽しみにしています。



12月22日は冬至です。冬至の風習の代表ともいえるのが、ゆず湯です。冬至を「湯治」、ゆずを「融通が利く(体が丈夫になる)」という語呂合わせからゆず湯に入るようになったといわれています。四季の里でもゆず湯を予定しています。



ご相談ください

介護老人保健施設「四季の里」は、看護や介護を必要とする方が、できるだけ早く自立した生活ができるようお手伝いをする施設です。比較的病状の安定している方に、看護や介護をはじめリハビリテーション、日常生活動作訓練など1日も早い家庭復帰を目指す各種サービスを提供します。

- ＊入所 ＊短期入所
- ＊通所リハビリテーション
- ＊訪問リハビリテーション

日常生活の中でご不安をお持ちの方、お困りのことがありましたらご相談ください。



TEL 048-482-8008 四季の里