



四季の里だより



No.263 2021年3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/>

2月行事の報告

2月13日(土)の『節分・豆まき』は、3密を避けて各フロアで予定していましたが、再び緊急事態宣言が発令され中止とさせて頂きました。

節分・豆まき



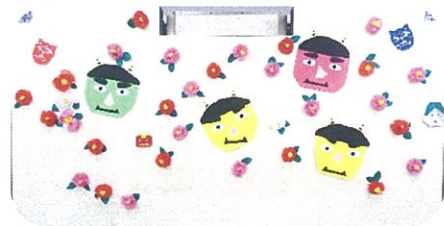
各フロア、壁面の飾りと行事食で節分の雰囲気味わっていただきました。



《2/13 行事食メニュー》



- 大豆ご飯
- 節分盛り
いわし磯香フライ
メンチカツ
鶏肉の野菜巻き
- 菜の花のごま味噌和え
- 海老しんじょう
- けんちん汁
- きなこ風味デザート



デイケア通信



～リハビリ体操～

デイケアでは毎日午後に、利用者様全員で集団体操を職員が体操の動きをひとつひとつ説明しながら行っています。自宅ではなかなか出来ない体操を、利用日にはしっかりと行ってもらっています。「デイに来た日は体操がしっかり出来て気持ちが良いわあ〜。」「体が軽くなった感じがするわ。」「家でも出来ると良いんだけどなかなか出来ないんだよね。」と喜ばれています。また、昨年12月より毎週1回午後(約20分間)に理学療法士・作業療法士によるリハビリ体操を実施しています。体のどの部分に効果があるのか(筋力アップや柔軟性など)ポイントを分かりやすく説明し、皆さんは集中して話に聞き入り体を動かされています。指導している職員によると、今では体の動かし方を理解し効果的に体を動かすことができるようになってきているそうです。

来月は新しい体操を紹介する予定とのことです。今後も頑張っていきたいと思います。



「真白富士」

四季の里からは富士山が良く見えます。2月20日現在ですが、真っ白な富士山です。でも今シーズンは、真っ白な富士山になるのは遅かった気がしたので少し調べました。12月の下旬には見る方角によってはほとんど冠雪がなかったとのこと。富士山周囲の雨量をみると平年より90%以上も少なくなっているとのこと。その為、雪がほとんど降らないのが原因らしいです。唱歌「富士山」の歌詞にもありますから、からだに雪の着物をきて欲しいですね。♪富士は日本の山♪

お知らせ

入所者様 ご家族様へ

4月5日より、各フロアの入浴とケアカンファレンスの曜日が変更となります。

2F

入浴 水曜日
土曜日
カンファレンス 火曜日

3F

入浴 月曜日
木曜日
カンファレンス 金曜日

4F

入浴 火曜日
金曜日
カンファレンス 月曜日

詳しくは職員にお尋ねください。よろしくお願い致します。



ひな祭りの由来



3月3日は『ひなまつり』です。女の子のいる家庭ではお祝いする人も多いでしょう。今回は、ひな祭りの由来について紹介します。

ひな祭りの由来は諸説ありますが、中国で行われた「上巳(じょうし)の節句」が日本に伝わってきたという説が有力です。もともとは邪気や厄を払うための行事で、人形に自分の邪気をうつして川に流すという「流し雛」が行われていました。この行事は長らく行われていましたが、時代とともに流し雛に使用する人形が立派になり、川に流すのではなく家に飾るようになりました。これがやがて、ひな人形となり、貴族の中で流行っていた、おままごと遊びのような「ひひな遊び」と合わさって、ひな祭りになり、また、旧暦の3月3日(現在の4月頃)が桃の花が咲く時期「桃の節句」とも呼ばれ、女の子の健やかな成長と幸せを願う日として定着したと言われています。

4月のお知らせ

★4月1日(木)のデイケア・イベント食は『花見弁当』です。

- * 桜ちらし寿司
- * 鶏肉野菜巻
- * さわらの味噌漬焼
- * すまし汁
- * 菜の花の錦糸和え
- * 水まんじゅう・苺 **お楽しみに♪**

★4月20日(火)は世界の国民食～イギリス～です。

- * パターライス
- * フィッシュアンドチップス
- * オニオンコンソメスープ
- * 紅茶のゼリー
- * サラダ
- * ほうれん草と卵の炒めもの

●4月行事のお知らせ

今年もお花見ドライブは新型コロナウイルス感染症予防のため、残念ながら中止とさせていただきます。



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に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

