



# 四季の里だより



介護老人保健施設『四季の里』  
新座市北野2-14-8  
TEL048(482)8008  
https://www.shikinosato.jp/

## 3月行事の報告

新型コロナウイルス感染症対策により、3月の「ひな祭り会」は残念ながら中止とさせて頂きました。新型コロナウイルス感染症が早く終息し、また笑顔でみんなが集まれる日が来るといいですね。



行事は中止となりましたが、行事食は楽しみました。

### 《行事食メニュー》

- 五目ちらし
- 鯖の木の芽焼き (大葉・紅生姜)
- 菜の花の胡麻和え
- 苺のゼリー
- めかぶ・潮汁



- ★5月7日(木)のデイケア・イベント食は『ざるそば』です。
- メニューは・・・ \* (冷)よもぎそば 季節限定♪
- \* かにかま磯辺天
- \* 白菜と胡瓜のゆかり和え
- \* 桃のヨーグルト

- ★5月20日(水)は世界の国民食『ハワイ』です。
- メニューは・・・ \* ロコモコ丼 \* 海老とアスパラのサラダ
- \* オニオンコンソメスープ
- \* ハワイアンゼリー
- \* カリフラワーのカレー炒め



## デイケア通信

～午後のレクリエーション(ゲーム)～

デイケアでは毎日午後の時間にゲーム・選択活動・カラオケ等を行っています。ゲームは身体を動かすものや頭を使うもの、中には職員の手作りのもの等があります。ゲームの日には利用者様から「今日は何するの?」なんて聞かれたり「この間はお手玉送りしたから、今日はストロー出しがいいわ」等お話しされる方もいらっしゃいます。他に魚釣り、お手玉キャッチ、かるた、神経衰弱、けん玉、ストラックアウト、巻き巻きゲーム等、様々なゲームがあり、時には利用者様と一緒に職員も熱くなってしまうこともしばしばあります。ゲームとわかっていても勝負と嬉しいものですね。身体を動かし、たくさん笑って掛け声をかけ、ゲームの時はとっても楽しくにぎやかな時間になります。これから色々なゲームを考えて、みなさんに楽しんで頂きたいと思っています。



お手玉キャッチ 巻き巻きゲーム

※現在は新型コロナウイルス感染症の予防対策として、密閉・密集・密接を避け、手指消毒と換気を徹底し、その場でできるレクリエーションに取り組んでいます。

## イースター

欧米の行事がどんどん取り入れられるようになり、定着しつつあるのが「イースター」です。イースターは日本語で言うと「復活祭」の事です。十字架にかけられて処刑されたイエス・キリストが、3日目に復活したことを祝うお祭りで、キリスト教における最も重要な行事です。2020年のイースターは4月12日(日)です。イースターの日付は、「春分の日後の、最初の満月の日の翌日曜日」とされていますが、春分の日が固定されていたり、満月もキリスト教の教会歴によるため、日本の春分の日や満月の捉え方と合致しない場合もあります。卵とウサギはイースターのシンボルです。命を生み出す卵は、復活の象徴とされ、イースターエッグとして飾られます。ウサギは繁栄の象徴です。

本場アメリカでは、教会で特別な礼拝が行われます。子供がいる家庭では、卵をカラフルにデコレーションし飾ります。またイースターといえば、エッグハントです。エッグハントは隠された本物の卵や、卵の形をしたチョコレートやキャンディーを探し出すゲームです。最近では大人向けのビールハントというものもあります。イースターはキリスト教文化ですが、近頃は季節を彩るイベントとして楽しむ人が増えてきています。クリスマスやバレンタインデー、ハロウィンのように、イースターも日本流にアレンジされて、春の風物詩として定着するかもしれませんね。



## カーナビの更新は・・・

皆さん、カーナビの更新をするタイミングはいつごろですか?先日、遠出をする機会があり、地図を更新していれば時間短縮が出来たと悔しい思いをしたので、どのくらいの道路が作られるかを調べてみました。長短ありますが、毎月100を超える道路が作られているそうです。国道や高速道路の開通情報などはニュースで報道されることがありますし、都道府県道の情報などは検索すればホームページに掲載されているので何とかかなりそうですが、市区町村道などは調べようと思うと市区町村の数も多く、ホームページへの記載も不明です。そのような訳で次から次へと新しい道路が作られるとカーナビの更新するタイミングが分からなくなります。スマホの地図は比較的最新版情報なので、それを活用すればいいわけですが、私には小さすぎて見えないのでどうしてもカーナビに頼りたいのです…。さて、いつ更新するのか?私は一つの結論に達しました。それは、東京オリンピック後です。オリンピックの為に道路が増えて、ひと段落した東京オリンピック後に更新すると思えました。しかし、この記事を書き終えたら、なんと東京オリンピックが延期の一報が。結局、カーナビの更新も延期することになりました。残念。



○新緑会についてのお知らせ  
5月9日(土)に予定していた「新緑会」は、新型コロナウイルス感染症対策により、残念ながら中止させていただくことになりました。

## 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

