



四季の里だより



No.242 2019年6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
<http://www.shikisato.jp/>

5月行事の報告

5月11日(土) 令和になり初めての行事『新緑会』が行われました。
今回は北野太鼓の皆様“城ヶ島波とう太鼓”等(5曲)力強く！響く太鼓を披露していただき、利用者様も職員も太鼓のリズムに合わせて手拍子をして盛り上がりました。
アンコールの“かがやけばやし”では利用者様と一緒に太鼓を楽しそうに叩いて「初めて叩いたわ〜」「見ているのと叩くのじゃ違うわね!」「楽しかったわ!」と、たくさんの感想が聞かれました。また見ていた利用者様も「私も叩けばよかった」「次は叩いてみようかしら」などの声も聞こえ、利用者様も職員も楽しい時間を過ごすことができました。



新緑会



「北野太鼓」のみなさん



《行事食》

グリーンピースご飯
天ぷら
(海老・かき揚げ・ナス・ピーマン)
キャベツの菜種和え
潮汁 夏みかん



入所者様制作活動

去年の富士山制作に続き、今回はイノシシのちぎり絵を作っています。え、イノシシ？と思われた方がいらっしゃるのでは？先月の改元のお祭り騒ぎが今年二度目の新年のように感じられ、そういえば今年の干支って何だっけ、と思ったのが理由です。幾つかのイラストから入所者様に選んでいただき、下絵のとおりにお花紙をちぎって貼っていただきます。「ここに貼るんですけどよ」「いや私疲れたから今日はもうダメ」「やめるの早すぎない？(心の声)」などのやりとりのなか、少しずつ完成していくのでした。作品は4階エレベーター前に展示しますので、どうぞお楽しみに。



7月のお知らせ

★7月13日(土) 14時から2階フロアにて「七夕会」を行います。お楽しみに!!

★7月26日(金)はお楽しみ昼食会♪メニューは「あなごちらし」です。

あなごはタンパク質が豊富で、栄養価の高い食材のひとつです。タンパク質が不足すると体力やスタミナが無くなり疲れやすくなります。また汗をかくことで失われるカリウムはうなぎよりも多く含まれていて、夏バテに効果的な食べ物といえます。さらに、あなごはうなぎと比べて脂質が少ないため、脂っこいものが苦手な方や夏バテで胃が弱った方にはヘルシーなあなごをおすすめします。

時代の流れ

約20年前の平成10年10月に「四季の里」がオープンしました。当時は明治生まれの利用者様も結構多かった気がしました。大正生まれの利用者様は当時は70歳代位だったと思います。当時を振り返ると明治生まれの利用者様は「わー長生き」、大正生まれの利用者様は「まだ若い」という印象でした。時代は令和になり、昭和生まれの私も3つの元号を生きたこととなります。「四季の里」では大正生まれの利用者様が数える程度になり、昭和生まれの利用者様が多くなりました。未だに大正生まれの利用者様は「まだ若い」という当時の印象があり、時代の流れに追いついていけないこの頃です・・・。



デイケア通信

『お買い物ツアー』

今回は「ファッションセンターしまむら」へ行って来ました。女性は買い物に行くだけで目がキラキラ☆！行く前は「目の保養で行くだけでもいいよ」なんて話している人も、行けば予算内ギリギリまで買い物してしまったりして、普段お買い物に行けない方も自分で選ぶ楽しみを満喫していました。お買い物ツアーはとっても人気のイベントになっています。次回は皆さん！何をかうのかしら？



『壁面 紫陽花(あじさい)作り』

6月といえば、なんと言っても紫陽花ですよね！毎月、壁面に飾るものを利用者様にも手伝っていただき作っています。今回の紫陽花はお花紙で立体的に作ってみました。



～お知らせ～

7月2日(火)のデイケア・イベント食は「カフェ風ランチ」です♪今回は主食をパンにして、カフェのランチをイメージしたお食事になります。“ツナサラダをはさんでサンドイッチ風に”“オムレツをのせてオープンサンドに”お好みの食べ方で楽しんでください。

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

