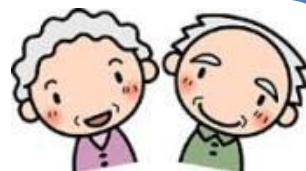
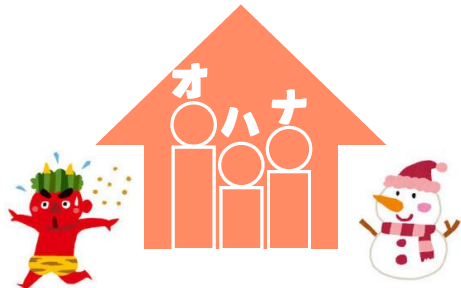


おもてなし便り



日ノ岡デイサービス



27年2月号

☆湖西市岡崎2254-2

☆日ノ岡デイサービス

☆(053)573-2252 担当:木本

早いもので、2015年も1カ月が過ぎました。インフルエンザやノロウイルスに罹患していませんか？
まだまだ油断は出来ませんので、十分に注意して過ごしましょう。

2月3日は節分でしたが、皆様のご自宅では豆まきや恵方巻きを食べたりされましたか？

皆さんの暮らしの中に、少しでも多くの **福** が訪れますように！



【 お汁粉作り：1月12日（月） 】

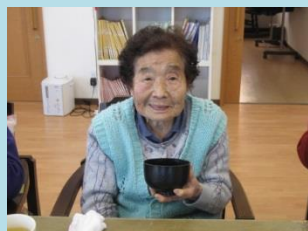
お正月も過ぎました。昨日が鏡開きだったという事で、本日の手作りオヤツは『お汁粉作り』を行いました！
柔らかく作りたかったので、お汁粉に入れるお餅を白玉にしてみました。その為、午前中のレクの時間に皆さんで丸めて頂きました☆

男性利用者様も真剣です。
手作りは楽しいですね☆



男性だって負けていません！！一口大の生地を丸めて最後に親指と人差し指で真ん中を潰していきます。
午前中に作った白玉は午後のおヤツにてお汁粉にして皆さんで召し上がって頂きました～。

甘くて美味しいお汁粉を食べ始めると自然と笑顔が見られました☆



写真を撮りながら「おいしいですか？」と伺うと、「おいしいよ～☆」と笑顔で答えて下さいました。
寒い冬がまだ続きますが、日ノ岡の利用者さん達は笑顔いっぱい元気にお過ごしされています。



皆さんの満足気な様子が伝わってきます。また作りましょうね☆
のどに詰まらせないようにだけ、十分気を付けて下さいね。

【 ほうとう作り：1月31日（土） 】

寒い日が続いていますね。風の無い晴れた日はフロアのカーテンを開けているとポカポカして暑く感じる事もあります。

今日は、月に1度の手作り料理の日でした。作る料理は**山梨県の郷土料理の『ほうとう』**です。

お昼に間に合うようにと皆さんで野菜を刻んで頂きました～。

硬くてなかなか切れない野菜もありましたが、皆さま主婦だった時の経験を活かして切って下さいました。

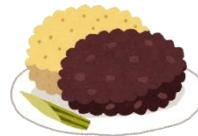


『ほうとう』は中国から伝来された物で歴史は『うどん』よりも昔からあった物とのことでした。野菜をたくさん入れて作った『ほうとう』を皆さんで頂きました。どの方からも「おいしい」という声を頂きました。2月は手巻き寿司を予定していま～す！



今後の行事予定

- ・ 2月21日（土）： 手作り料理『手巻き寿司』作り
- ・ 2月26日（木）： お化粧教室の日
- ・ 3月 3日（火）： 手作り料理『ちらし寿司』作り
- ・ 3月13日（金）： 足つぼマッサージ
- ・ 3月21日（土）： 手作りオヤツ『ばたもち』作り
- ・ 3月28日（土）： お化粧教室



介護のアレコレ

豆まきはやりましたか？



福が多く訪れると良いですね！

介護・医療・福祉に関する様々な《アレコレ》を紹介します。

毎日寒いですが、風邪を引かないように気を付けましょう。また、高齢者が冬に特に多く発症する病気のひとつに、**心筋梗塞**があります。心臓を動かす筋肉（心筋）に血液を送る働きをする**冠動脈**が詰ってしまい、そこに血液のかたまりが出来たりすることで、心臓に十分な血液を送ることができなくなる事で、心臓の一部が壊死してしまう恐ろしい病気です。心筋梗塞が発症する原因の一つに、「**血管の収縮**」があります。特に注意が必要なのは、「**ヒートショック**」です。温度の急激な変化で血圧が上下に大きく変動することで、失神や心筋梗塞、不整脈、脳梗塞を起こすことがあります。特に外気温が低くなる12月から2月にかけて、入浴中に心肺機能停止となる人が、もっとも少ない8月のおよそ**11倍に急増する**そうです。