

# 千寿の郷 かわら版 6月号

介護老人保健施設 千寿の郷

足立区柳原2-33-6

TEL 03-3870-4621

FAX 03-3870-5228

2012年6月8日 145号

ホームページ ⇒ <http://senjyunosato.kenwa.or.jp/> ☆千寿の郷ブログ☆絶賛更新中。

ホームページよりアクセスしてください!

## カラオケ大会!



5月31日木曜日、恒例の「居酒屋」を実施しました。今回は「カラオケ大会」です。

当施設には1階に立派なカラオケ機器が設置してあり、みなさん気持ち良さそうに歌っていらっしゃいました。さらに、本日参加予定ではなかった利用者様でしたが、カラオケならぜひ参加したいと仰り、飛び入りで参加して場を盛り上げて下さった利用者さんまでおりました。そして居酒屋といえば忘れてはいけないのが、料理です。毎回この時のために栄養課が、一生懸命に手料理を作ってください、毎度毎度すばらしいご馳走が並びます。今回はピザや、ロールケーキなどが並び、利用者様・職員を含む参加者全員に満足いただけたようでした。今回の居酒屋も大成功でした。

ケアワーカー山田隼人

### 季節の言葉と水無月

あじさいの花にあつまり かたつむり

雨ふりの花のかさに かたつむり

入所利用者 高野 良子様

つゆ時の 毎夜毎夜と むし暑さ

部屋の中 夜もさみしく 人こいし

入所利用者 小林 敦子

### 《6月の行事予定》

- 15日(金) 新舞踊
- 16日(土) あめんぼサークル
- 18日(月) 仲よし会
- 19日(火) 菊邑会
- 25日(月) フラワーアレンジメント

- 毎週(月) 手工芸
- 毎週(木) コーヒーサービス



ホームページ



ブログ

# デイケア!!



じめじめする梅雨の季節になってきました。体調を崩される方も多いのではないのでしょうか。千寿の郷のデイケアは、雨にも負けず元気に営業しております！千寿の郷のデイでは、毎月第三日曜日に「日曜クッキング」を開催しております。材料は職員が準備しますが、その日のおやつはご利用者様の手作りとなりますので、職員含め、皆様で必死に作っております。5/20(日)のおやつは「クレープ」を作りました。生地を作り、鉄板で焼き、トッピングをして完成です。あんこ、生クリーム、チョコ、バナナをトッピングしました。皆で作業を分担し、今回は失敗無く、(極稀に失敗します…)美味しそうなクレープが出来上がりました。さすが元(?)主婦の皆様は、料理がお上手です！皆で協力し合い、作ったおやつはまた格別です！ややあんこの量が多い気もしましたが…皆様「おいしい、おいしい」とおやつをペロリとねしあがっておりました。毎月第三日曜日の午後は、1階のデイルームでクッキングをしておりますので、チラッと覗いてみてください！！

ケアワーカー 山田由紀子

## ちよつと豆知識

マッサージで知られるツボの話をして1つ。一般的に身体には361個のツボがあるといわれています。それぞれ1本の線で繋がり、1周しています。イメージとしては山手線でしょうか。ここでは夏バテに向けて、胃腸に効果があるとされる『足三里』というツボを紹介します。あの松尾芭蕉が奥の細道でお灸をしたツボです。場所は膝小僧の外側、指4本分ほど下の押すと少し痛いところです。刺激を与える為に、硬い米粒のような物をテープで貼って過ごすのも良いかもしれません。やってみて下さい！！

ケアワーカー 阿佐見真也



## 納涼祭！事務室よりお知らせ

今年の納涼祭は  
7月28日(土)です！



皆様のお越しをお待ち  
しております！！

### 利用料が軽減される確認証が更新時期をむかえます。

2012年7月1日より『介護保険負担限度額認定証』『生計困難者に対する利用者負担額軽減確認証』が更新の時期をむかえます。新しい確認証がお手元に届きましたら窓口へお持ちください。手続きされない場合、自動的に失効となってしまいますので、ご注意ください。

## 今月の作品



## フラワーアレンジメント



テーマ：乙女心  
使用した花  
栗  
トルコキキョウ  
アルストロミリヤ  
マドリカリヤ  
チーズ