千寿の郷 かわら版 12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
2013年12月9日 162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！

Twitter⇒https://mobile.twitter.com/senjyunosato

居酒屋開店

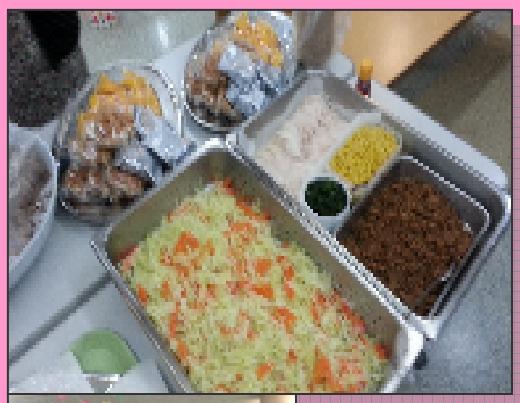
「秋の夜長に…歌声居酒屋」をテーマに…
今回も居酒屋を開催(^^)/
最初に言っておきますが、“盛会”でした！！

…というのも
今回のメニューは、な、なんと「つけ麺」だったんです。
料理長が腕を奮って作り上げた力作の**秘伝スープ**に
見た目が**モチモチの麺！！**
この麺がスープのうまみにしっかり絡み…
「おいしかった」
「久々に麺を食べた、嬉しい」
「最高！」
といったお言葉を多数の利用者様よりいただきました。

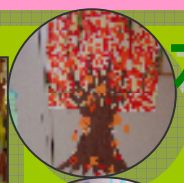
特筆すべきはチャーシューやワカメ、コーンに野菜といった
各種トッピングですね。ボリューム満点！！
まさに食欲の秋を締めくくるにふさわしい居酒屋でした。

えっ？歌声はどうなったって？
職員によるギター生演奏もありました…
利用者様によるカラオケもありました…
だけど…
写真を撮り忘れたのは内緒です m(__)m

通所相談員　真久雄一

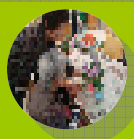


先月の作品



フラワーアレンジメント

花の名前
☆のばらのみ　☆ストック
☆カンガルーポー　☆小菊
☆スプレーカーネーション
☆カスミソウ　☆アセボ



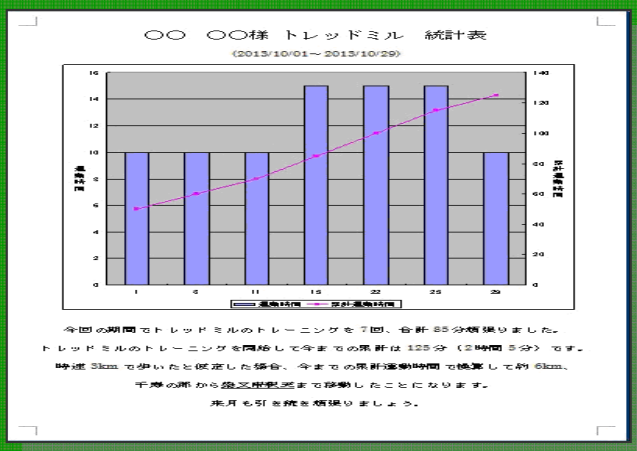
テーマ「うつりゆく秋」

デイコーナー

デイケアでは先月より新しい取り組みを行っています！
今回はその紹介をしたいと思います！それは『ウォークラリー』です。１階の廊下を端から端まで歩いてウォークラリー表を１マス塗るというものです。第１段のウォークラリーは『富士山』です。端から端まで歩いて１マス塗ります。マスを最後まで塗ると富士山の高さ 3776m 歩いたのと同じ距離になります。皆さん富士山の山頂を目指してウォークラリーをがんばっています！「張り合いがでていいね」、「歩けるようになったよ」と皆様から声が聞かれます。また「どれ位歩いたの？」「これ位歩いたよー」と利用者さん同士で報告し合っている姿を見かけます。

　また廊下を歩く『ウォークラリー』のほかに、マシーンを使用したトレーニングも行っています。運動する度に記録して何キロ歩いたかをグラフに表しています。月末にグラフを皆様にお渡ししています。千寿の郷から歩いた分までの距離を調べて写真も合成してお渡ししています。「ここまで歩けた。」「来月もがんばろう。」「へー写真みせて～」と皆様励んでいます。
『ウォークラリー』で運動量アップ！他者交流と良い流れがデイケアに起きています。

ケアワーカー　小川　未穂



季節の言葉～師走～

●八十路こえ　過去は忘れて　前見つめ　ゴーイングマイウエイ？
通所利用者　久保田珠恵様

●温かい　ぬくもりの中　今日も元気で　千寿の郷
●クリスマス　みんなでたのしむ　千寿の郷
通所利用者　小作きみ子様

●リハビリで　腰の痛さ忘れ　次の運動に　はげむ私
●机の上に　さざんかの花　心やすらぐやさしさかな
通所利用者　菊地シマ様

●色すぎし　木の葉が舞いて　冬近し
●輝ける　陽に迎えられ　今日も又　友の笑顔か　千寿の郷
通所利用者　鷲澤貞子様