

すべてのひとに博愛の心を (博愛福祉会基本理念)

博愛通信

●題字 村田憲彦

第124号

平成26年2月15日 発行

●発行 社会福祉法人
博愛福祉会広報委員会
●発行所 ☎625-0025
京都府舞鶴市字市場390
☎ (0773) 65-3700
FAX (0773) 63-1250

一年のご健康を祈って



ケアハウスグリーンプラザ博愛では、今年も小正月に毎年恒例の「ケアハウスどんど焼き」を行いました！
年末にみなさんで作ったしめ縄や1年間のレクリエーションで書いていただいた書道・塗り絵などを、みなさんの無病息災をお祈りし焼かせていただきました。

「ケアハウスどんど焼き」

☑収穫祭で収穫したさつま芋を焼き芋に！

どんど焼きと言えば火にあたり、残り火で団子やお餅を焼いて食べますが「ケアハウスどんど焼き」は、みなさんで育て秋の収穫祭で収穫したさつま芋を焼き芋にして「1年健康

どんど焼き豆知識

●起源

平安時代に、お正月飾りを燃え上げらせて神様を空へ送り、お祓いとお清めを願ったのがはじまりだと言われています。

●どんど焼きの語源

「尊い」という言葉がなまったという説、勢いよく燃える様子(どんど燃える) からという説などがあります。

●行われている地域

北は北海道、南は沖縄まで、日本全国すべての都道府県で行われているそうです。

●呼び名

「どんど焼き」「ごんだら焼き」「ごんごろ祭り」「才の神焼き」「左義長さぎのちやう」など、全国各地で様々な呼び名があります。

●いろいろな効果がい！

書き初めを焼いた時に、火の粉が高く舞い上がると書道が上達する。またどんど焼きの火にあたると若返るなどと言われています。



で過ごせますように…」とみなさんで美味しくいただきました。

お正月遊び

2014年元日の午後には新年をお祝いしてホールでお正月遊びを行いました。

まずは書き初めグループの方々。皆さん「スジ」がよろしく達筆ですね。

おやおやこちらのグループの皆さんは、紙



風船で羽子板ですね。鬼のお面がお茶目ですね。輪投げでは一投ごとに歓声が上がりました。

締めは福笑いで一同大笑い！「笑う門には福来たる。」と



成人式

1月12日(日)に成人式を迎える職員が1人が式の前に和服姿で苑を訪ねてきてくれました。

着付けに2時間、写真撮影に30分以上かけたそうで、さすが女の子は気合いが違います！

筆者の私はウン十年前にしょぼくれたスーツを着て行った覚えがあります。式の日取りも15日の時代でしたから時の流れを感じます。いつもと違う振袖のあでやかな彼女の姿に利用者の皆さんも「きれいやなあ」とウツトリとされていきました。



白糸濱神社へ初詣

1月2日(木)に利用者様と白糸濱神社へ初詣に行きました。

神社はたくさんの人で賑わっており、「さすがお正月やなあ」とその賑わいも楽しめました。神社の前では、手を合わせて目をつぶり、真剣に願い事をされました。さて皆さん何を願われたのでしょうか…。

終わってからは温かい飲み物を皆さんで飲まれ、今年もよろしくお願ひしますと改めて挨拶を行いました。今年も皆さん元気で笑顔で過ごしてもらおうことが、筆者の願い事です。



2月 (如月)

カラオケが新しく なりました♪

長年入居者の皆様に愛用していたいたたカラオケですが、マイクが古くなったり同じ曲しかないというこ



とで不便をおかけしました。そこで、新年を迎えるにあたり、機材を新調致しました!! インターネットを介して古今東西様々な曲が歌い放題となっております♪ 他にも「太鼓の達人」等高齢者様向けのゲームも

楽しめますので、近々楽しんでいただけるように準備しております。

楽しかった!! お餅つき



今年初めての試みで「お餅つき」を行ないました。東月堂様にご協力していただき、つきたての美味しいお餅をいただきました! 「お餅つきなんて何年ぶりやろ?」とみなさん笑顔でお餅をつかれたり、丸めたりされました。馴れた手つきに職員が教えていただく場面もあり、よい1日になりました!

今月のお菓子作り

今月は甘くておいしいチョコレートブラウニーを作りました。チョコレートを細かくする



作業中に甘〜い誘惑に負けお口にパクリという場面もちらほら...♪



ケーキを焼いている間はトランプ遊びをして楽しく過ごし、オープンから立ち上る匂いに皆さん待ちきれない様子でした。温かいコーヒーと一緒に、大成功の一言でした!

※お知らせ※

2月より注文写真を受け付けております。平成25年8月〜平成26年1月までの入居者の皆様

の様々な行事写真をご購入していただけます。注文していただく期間が一ヶ月間という短い間です。お早目にご注文下さい。見本写真と申込用紙は事務所カウンターにあります。記念に1枚いかがでしょうか!

■入居者作品

●塗り絵

直美作

竹節介 福は内



春よこり

●書道

スエノ作



デイサービス 新春の取り組み



手作りの神社で幸運祈願です



デイのアイドル「モモちゃん」も晴れ着に着替えました



博愛神社に初詣。今年の運勢はどうか？



書初めは真剣そのもの

デイサービスでは、新年早々に「日本のお正月」にちなんだ取組を行いました。
毎年恒例の「新年会」に始まり「初詣」「おみくじ」「書初め」と正月行事が目白押しです。デイサービスの壁面には書初めが所狭しと並んであります。お越しの際はぜひご覧下さい。



所狭しと皆様の書き初めが並んでいます



新年を祝う作品を作っていました

- **レクリエーションのご紹介**
- 2月16日(日)より「雪のソナタ」を行います。皆様に「雪」を団扇で扇ぎ、高く飛ばしていただくゲームです。
- 2月23日(日)より、「まいづる知恵蔵」で行われる雛人形展に出かけます。

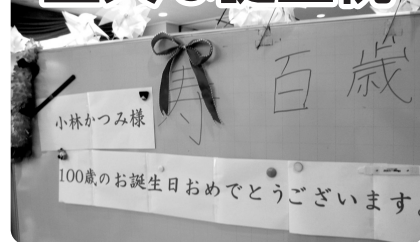


西村施設長より記念品のプレゼントです



職員による「スーパーイリュージョン」の披露でお祝いをしました

盛大な誕生祝



デイサービスご利用者の小林かつみ様が100歳のお誕生日を迎えられました。デイ職員が盛大にお祝いをさせていただきました。考え、レクリエーションの時間にお祝いをさせていただきました。小林様にも大変喜んでいただき、職員一同、心よりお祝いをさせていただきました。

お正月と言えば？

1月2日(木)
は仕事始めの
日とされ、新
年になって初
めて「書」や
「絵」を書く
事を書き初め



というそうです。この書き初めで書いたものを、どんど焼きの炎で焼いて、紙が高く燃え上がるほど字が上達するといわれています。さらに、2日に習い事や新しい事を始めると1年間うまくいくといわれているみたいです。※諸説あります



もう、1月2日は過ぎてしまいましたので、来年の年明けには皆さん新しい事を始めてみてはいかがでしょうかでしょうか。

カラオケで大いに盛り上がった元日！



元日よりカラオケ大会を開催しました。最初は、皆様「何を歌おうかな」と悩んでおられましたので、最初の曲は職員で決めさせてもらいました。2曲目からは、次々と意見が出て時間が足りない程でした。元気な歌声や拍手でいっぱいでした。皆様、懐かしの名曲を歌われたり、「この曲、懐かしいなあ、聞いたことがあるな」などの声も聞かれ、大いに盛り上がり、冬の寒さを吹き飛ばす程の熱気と笑顔があふれました。

冬こそ緑茶で水分補給！

ケアハウス愛宕では、今冬「緑茶で水分補給」の試みに取り組んでいます。担当職員に聞きました。

☑なぜ緑茶ですか？

緑茶には、カテキンやビタミンCなどの有効成分が含まれています。風邪予防に効果があると言われていています。

☑なぜ冬なのに水分補給が重要なのですか？

寒い時季でも、人間は汗をかきます。トイレにも行きまです。知らず知らず身体からたくさんの水分が失われているので、補給する必要があります。

☑いつ、どのようにして？

お昼前の体操で喉が渴かれた時と、午後にも、写真のように急須と湯呑で提供しています。午後にご利用者様のお話をうかがいながら、職員が一緒にいただくこともあります。その他、レクリエーション時やご希望時など、柔軟に対応しています。

☑最後に一言？

水分、水分と無理にお勧めするとストレスになりかねません。そうならないよう、楽しい雰囲気でお茶していただけたいですね。



◆2～3月のスケジュール◆

	グリーンプラザ博愛				グリーンパーク愛宕	
	特養	ケア		デイ	特養 <small>※毎日体操、レクリエーション実施しています</small>	ケア <small>※毎日午前、看護職員指導による体操を行っています</small>
		午前	午後			
2月16日(日)	むつみ棟おやつ作り	輪投げ	ふれあいカラオケ	雪のソナタ		歌の会
17日(月)	洗濯ボランティア	頭の体操	つるかめ体操	雪のソナタ	歌いましょう	
18日(火)	ハモニカボランティア・編み物サークル	輪投げ	お菓子作り	雪のソナタ	カレンダー製作	昭和の流行歌DVD観賞
19日(水)	市寿会・体操ボランティア	体操ボランティア	手芸教室	雪のソナタ	踊りましょう	理美容テントウムシ ナツコラ会
20日(木)		歌の会	輪投げ	雪のソナタ	歌いましょう	※愛宕カフェは1階にて行っております。ご家族様もご利用いただけます。ご面会の際気軽にお立ち寄りください。
21日(金)		塗り絵・絵手紙	美容教室 居酒屋	雪のソナタ		囲碁ボランティア
22日(土)		脳トレ (ビンゴ)	レッツゴー体操	雛人形展見学		
23日(日)	ほほえみ棟おやつ作り	輪投げ	ふれあいカラオケ	雛人形展見学	14:00~愛宕カフェ (予定)	歌の会
24日(月)	洗濯ボランティア	頭の体操	つるかめ体操	雛人形製作	雛人形展見学	14:00~愛宕カフェ (予定)
25日(火)	編み物サークル	輪投げ	卓球バレー	雛人形製作	雛人形展見学	昭和の流行歌DVD観賞
26日(水)		壁画作り	書道	雛人形製作	雛人形展見学	理美容テントウムシ
27日(木)		歌の会	輪投げ	童謡ボランティア		
28日(金)		塗り絵	雛人形出し	雛人形製作	雛人形展見学	囲碁ボランティア
3月 1日(土)		脳トレ (数字返し)	レッツゴー体操	雛人形展見学		
2日(日)	お楽しみレクリエーション	輪投げ	ふれあいカラオケ	雛人形展見学	随時外出	歌の会
3日(月)	洗濯ボランティア	頭の体操	つるかめ体操	雛祭り	雛人形展見学	ひな祭り
4日(火)	みや美会(踊り)・編み物サークル	輪投げ	卓球バレー	色々ゲーム	考えよう	昭和の流行歌DVD観賞
5日(水)		トランプ遊び	手芸教室	色々ゲーム	考えよう	
6日(木)		歌の会 生花教室	輪投げ	色々ゲーム	リハビリ体操	
7日(金)		塗り絵・絵手紙	ナツメロ会 お楽しみ喫茶	色々ゲーム	リハビリ体操	囲碁ボランティア
8日(土)		脳トレ (ビンゴ)	制作	春のカラオケ大会		
9日(日)	お楽しみレクリエーション	輪投げ	ふれあいカラオケ	春のカラオケ大会	随時外出	歌の会
10日(月)	洗濯ボランティア	書道サークル	つるかめ体操	春のカラオケ大会		
11日(火)	編み物サークル・豊まり会	輪投げ	卓球バレー	春のカラオケ大会		昭和の流行歌DVD観賞
12日(水)	市寿会	トランプ遊び	壁画作り	春のカラオケ大会	美容タナベ	美容タナベ・買い物外出
13日(木)	習字サークル	歌の会	輪投げ	春のカラオケ大会		
14日(金)		塗り絵	お茶会	春のカラオケ大会	囲碁ボランティア	囲碁ボランティア
15日(土)		脳トレ (数字返し)	レッツゴー体操	色々ゲーム		

※デイサービスの詳しいレクリエーション内容は記事に明記しています。

■栄養室だより

風邪をひいたと思ったら温かい物を食べてしっかり睡眠をとりましょう！

＜粕汁の作り方＞

材料 大根、人参、蒟蒻、薄揚げ、ねぎ…適量
だし汁、みそ、酒粕…お好みの味付けで



- ①大根・人参はいちょう切り、蒟蒻・薄揚げは短冊切りにします。
- ②耐熱容器に酒粕をちぎって入れ、だし汁を加えラップをして電子レンジで約1分加熱し、みそも加えて溶きのばします。
- ③鍋にだし汁を入れて①を煮て、火が通ったら②を溶き入れます。

※酒粕はビタミン、タンパク質、食物繊維などをバランスよく含み栄養価の高い食品です。