

12月度行事紹介

社会福祉法人 ほたか会
川場春光園だより

あ た た が い ご

特別養護老人ホーム川場春光園
発行責任者 信澤真由美

1

令和4年

12/25

クリスマス行事

メリクリスマス！

十二月二十五日、クリスマス行事を行いました。職員がサンタクロースやトナカイ、ツリーの衣装を着て、利用者様にプレゼントやケーキをお渡しし、記念撮影を行いました。皆様からは「サンタの衣装かわいいね」や「ケーキ美味しいね」とおっしゃっていただけました。皆様の笑顔が、たくさん見られたクリスマス行事となりました。

あけまして

おめでとーございませす

本年もよろしくお願ひ致します



12/8

雪だるまを作りました

ふかふか雪だるまの完成です！



十二月八日のクラブ活動は雪だるまを作りました。靴下に綿を詰め、雪だるまの形を作り、顔のパーツを付け、リボンやボタンで雪だるまをデコレーションしていただきました。「どの色にしようかな？」と皆様真剣な表情で取り組まれていらっしゃいました。とても可愛いふかふかの雪だるまが完成しました。



12/26

お正月飾りを作りました

鏡餅をつくりました

十二月二十六日のクラブ活動はお正月飾りの鏡餅を作りました。新聞紙を丸めて形を作り、その上から白い紙とオレンジ色の紙を貼りつけて、鏡餅の完成です。「ここはもう少し貼ろうかな」など皆様に相談されながら、取り組まれていらっしゃいました。



12/11

プレゼントリレー

靴下に入れてゴールです

十二月十一日のクラブ活動はプレゼントリレーを行いました。四人一組のチームで行います。プレゼントの箱を隣りの人に渡していきます、最後の人が靴下に入れてゴールです。早くプレゼントを靴下に入れ終えたチームが勝ちです。どちらのチームも息の合ったプレーでした。



12/4

忘年会行事

紅白歌合戦

十二月四日、忘年会行事を行いました。紅組・白組に分かれ、ご利用者様のお好きな歌を歌っていただきました。マイクを向けると始めは照れていらっしゃった利用者様も中盤になると「懐かしいね昔を思い出しちゃった」「楽しいね！」と皆様一緒に口ずさんでいらっしゃいました。最後は合唱で忘年会を締めくくりました。



12月ごちそうの日



今月のメニュー

「金目鯛の唐揚げ」について

金目鯛に含まれるドコサヘキサエン酸は神経組織や情報伝達の働きを保ち、脳細胞を活性化させる作用があるとされています。また癌を予防したり、コレステロールを減少させる他アレルギー症状を緩和する作用などがあるとされています。エイコサペンタエン酸は癌や高血圧、動脈硬化の予防に役立つとされています。(金井)



管理栄養士 ニュースレター

今月は「二十日正月」について

～二十日正月とは!?～

二十日正月とは、1月20日のことです。この日がいわゆる「正月の終わり」と考えられていて、節目の行事と捕えられている地域もあります。お正月とは「歳神様」をお迎えして1年の福を祈りお祝いをする行事で歳神様が二十日正月にしかるべき場所へ帰られると考えられています。

～二十日正月の食べ物は？小豆粥や麦が定番？～

歳神様を送るため、前日の1月19日には尾頭付きの魚や小豆粥などの食べ物をお供える家庭もあります。また当日には魚のアラなどで煮込んで根菜の煮物、粕汁、麦飯、とろろ、餅などが各地で食べられます。

～今月は「ぶり」と根菜の酒粕煮～

【材料 2人分】

- ぶり(切り身) 2切れ
- 塩 小さじ1/2
- 大根 5cm
- 人参 1/4本
- 蓮根 小1節
- 長ねぎ 1本
- 酒粕 40g
- 白みそ 40g
- みりん 大さじ1
- サラダ油 大さじ1/2
- 水 400ml
- しょうゆ 大さじ1/2

【作り方】

- 1.ぶりは大きめの一口大に切り、塩をふって5分間おき、熱湯をかける。2.大根・人参・蓮根は乱切りにし、蓮根は水にさらします。長ねぎは約3cm長さに切る。
- 3.酒粕・白みそ・みりんを混ぜ合わせる
- 4.鍋にサラダ油を熱し、大根・人参・蓮根を炒め、水を加える。煮立ったら①・長ねぎ・③を入れて5分間煮て、しょうゆで味を調えて、完成です！



第56回 Mini mini

職員リレーエッセイ

今月の職員のリレーエッセイ、第56回は福祉課の小山さんです。小山さんは介護職員として活躍しています。

○小山さんが思う介護とは…

ご利用者様の身の回りの安全な環境をサポートさせていただき、ご利用者様の心の支えになればと思っています。ご利用者様、ご家族様からのお声にもしっかり耳を傾け、安心していただけるように努めています。

○小山さんの介護に対する熱い思い…

ご利用者様が少しでも、今の環境に慣れ生活しやすいように、お手伝いさせていただきたいと思います。安心・安全に過ごしていただけるよう、これからも頑張っていきたいと思います。またご利用者様一人一人に適した介護ができるよう、努力していきます。

○ご利用者の皆様へ…

皆様にお声をかけていただいたり、お話などを聞かせていただき、勉強になることがたくさんあります。お話をされていらっしゃる時のご利用者様の笑顔は、こちらもともうれしくなります。皆様の笑顔がたくさん見られるよう、頑張りますので、よろしく願い致します。

○次回のリレーエッセイは…

今回は、連携室の和南城さんにお願いいたします。



1/27はごちそうの日です

おしながき

- 冬野菜の混ぜご飯
- 牛肉とブロッコリーのバター醤油煮し
- タラと厚揚げのおろし煮
- サーモンと蒸と春菊の中華サラダ
- 漬物
- みかん寒天

2月度行事予定

2月3日	節分行事	2月11日	デザート バイキング
2月7日	リクエスト ランチ	2月19日	クラブ活動
2月8日	手作りおやつ	2月23日	クラブ活動 ごちそうの日
2月9日	クラブ活動	2月26日	誕生会

お楽しみに!



ぐんま介護人材育成認証
事業者認定されました

社福ほか会のブログもチェック!



編集後記

- あけましておめでとうございます。年末年始はいかがお過ごしだったでしょうか。今年の目標は運動をすること！にしました。ゴロゴロと過ごしてきたので、今年は筋力UPを目指します!(J.T)
- 今年のお正月も入所者の皆様にはゆっくりとお過ごしいただくことができ、静かなお正月となりました。しかし今年は無年です。勇ましく勢いのある一年にしたいと思う今日この頃です。(F.T)