

2013年 年男・年女の方々に 今年の抱負を聞いてみました!!



横路 彰子様 84歳

元気に楽しく
過ごしたい。



原中 花子様 96歳

歩けるように
なりたい。



くにくさデイサービス 介護課
大久保 貴志 36歳

36歳らしく生
きていきます。



くにくさ 介護課 川本 涼子 24歳

ご利用者さん
と一緒に毎日
笑顔で過ごし
たいです。

とうもろこしの作り方

くにくさ苑では普通の餅を食べられない方に豆腐餅をお出しています。
豆腐餅の作り方は絹ごし豆腐と白玉粉を分量ずつボールに入れ、こねます。3センチくらいに丸めて平らにし、熱湯に入れて浮き上がってきたら完成です。
利点は普通の餅より、のどごしが良く、エネルギーが少なく、ヘルシーなところです。
くにくさ苑では餅つき会で豆腐餅も作ります。あんこ・きな粉・大根おろしを添えて召し上がっていただくこともおいしいです。
ぜひ一度お試しください。
くにくさ苑 栄養課 田丸 真綾

介護の知恵袋



寒くなると
首から
肩を暖めたり



手浴や
足浴が
効果的
です。



しかし皮膚の乾燥
からくるかゆみや
湿疹には要注意!!
保湿クリーム
などを
こまめに
塗りましょう



かゆみ止めにCurelという入浴剤も
良いですよ。

ふかわ・くにくさ

秋まつり



この日の
お天気は
あいにくの
雨、それでも
多くのご利用
者、ご家族、地域の
方々にご来場してい
ただきました。
ビュッフェ形式のお
食事を楽しみにされて
いた方は、秋山料理長
のハンバーグに舌鼓を
打ち「勇壮な神楽の舞
を一目見たい」と言わ
れたい方は、最前列
で涙ながらに拍手を
送っておられました。
また、「この日の為に
アルコールを我慢した
んだ」と私にウィンク
をされた方は、ビール
片手にご家族とにこや
かに会話を楽しまれて
いました。
職員にとってもご利用
者の素敵な笑顔を見
ることができた最良の
一日となりました。
（ふかわ・くにくさ
相談課 村上 哲平）

いきいきバス旅行 ～グリーンピアせとうちに行きました～



今年も、グリーンピアせとうちに行ってきました。大河ドラマ「平清盛」のロケ地となっていたので、海に浮かぶ帆船も見ることができました。昨年とは違う見どころがあり皆さん喜ばれておられました。
お芝居もご覧になれば、お食事も堪能されました。車中も笑い声が絶えませんでした。
くにくさデイケア 介護課 本田 由美

編集後記

新年明けましておめでとうございます。
今年の干支は蛇。昔から蛇は神の使いと言われていました。その中でも白い蛇は特に高貴な存在で神の化身とも言われています。蛇は邪を喰らうとも言いますし、巳年の方だけでなく皆様にとって良い年となることでしょう。
今号の1面では昨年9月に実施されたスウェーデン研修について皆さんへ紹介しました。この研修に参加した2名の現場職員は、違う国、違う環境の中でよい経験をするのができ、真に大切なケアの技術と考え方を学び帰ってきました。当会は更なるケアの向上を目標に、本年度も職員一同で頑張つて参ります。
くにくさ苑 介護課 大石幸希

行事予定

一月	元旦祝賀会
二月	初詣 鏡開き
三月	ひな祭

毎月ショッピング、コンサート、誕生日会を行っています。また、地域の方を対象に福祉講座を実施しています。

寒い冬を 乗り切るう

① 布団も可能な限り
下せば寒い冬を
気持ち暖かく
過ごせます。

② 家事や掃除で
積極的に体を動かすは
家の中も暖か
くなります。

③ 野菜を使った食事
で体を暖めよう。

④ 元気の源は
上着が一枚多かった
暖かくなります。