

〜Withちどり〜

2016・9月号

今月の予定

月	火	水	木	金	土	日
			1	2	3	4
※散髪は要予約 事前にご相談下さい						Closed
5 ピアノボラ 	6	7 	8 ピアノボラ 	9 【駅弁 (青森県)】 	10	11 Closed
12 【ふるさと ご膳】 ピアノボラ 	13 おやつレク 	14 	15 ピアノボラ 	16	17	18 Closed
← 体重測定 →						
19 ピアノボラ 	20	21 	22 【パン献立】 ピアノボラ 	23	24 【季節の献立】 (きのこ散らし) 	25 Closed
← 敬老のお祝い →						
26 ピアノボラ 	27 【季節の献立】 (芋ご飯) 	28 【パル通信 メニュー】 	29	30		



ご利用者の皆様、ご家族の皆様、連日の猛暑が嘘のように収まり、朝晩の冷え込みが出てきましたが、お元気でお過ごしでしょうか。28年も後半に差し掛かり、あっという間に秋になってしまいそうです。

この写真のように看護師が行う機能訓練の足上げ運動や、歩行訓練も涼しくなることで心地よく行えています。本格的なリハビリではありませんが、下肢筋力を鍛え体を動かすことで健康を維持する助けになればと考えています。

この8月はおやつレクとして「とうふ白玉団子」を皆様と一緒に作りました。各工程をご利用者の皆様にお手伝い頂き美味しくヘルシーな白玉団子が出来ました。
なんと、今回は特別に皆様のお写真と共に工程を大公開いたします(笑)！！



① 白玉粉と豆腐を混ぜます
柔らかさの目安は耳たぶ程度です♡

② 耳たぶ程の柔らかさになった生地を3等分にし、細長く伸ばします。
伸ばしたものを次は10等分にします。



③ 10等分したものを丸めていきます。ポイントは両側を少しへこませること！丸めたものは鍋に入れ浮いてきたらお湯から上げ氷水で冷やします。



美味しくヘルシー、白玉団子が出来上がりました！
黒蜜+きなこをかけて頂きました！
食べごたえもあり美味しくできました！



デイサービス夏祭り

8月27日、デイサービスの夏祭りを開催いたしました！フロアで行うちっさな夏祭りですが皆さんの、夏の終わりの思い出にさせていただきたいという気持ちで盛り上げました！



全員参加の盆踊り！曲はもちろん炭坑節です！ご利用者も一緒に踊りの練習もしたんですよ。

続いては出店のコーナーです！スーパーボールすくいではポイを持つと手が勝手に動き出す！みんな真剣な目つきに！大きなボールにも挑戦。

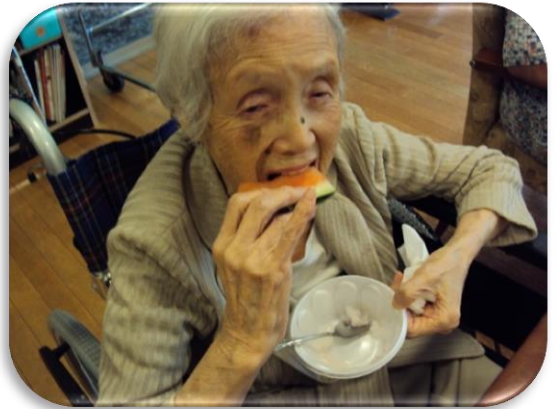


ヨーヨー釣りでは「孫に持って帰ったろう」とやる気十分！「とれた！」と笑顔がこぼれます。こちらも体が自然に動く！

夏といえばスイカ、スイカといえばスイカ割り、ということでスイカ割りに挑戦！「エイッ」との掛け声でたたきますが硬くて厚い皮にはじかれました。スイカおそるべし！最後は力強く割りきってくださいました。割ったスイカはみんなでおいしくいただきます。「甘いね〜」「私は頭が三角のがいい」と大きなものを選んで召し上がられました！



かき氷コーナーも出現！ガリガリと氷を削る音が「なつかしいな、家で子供らとようしたわ」「かき氷は久しぶり！家じゃアイスばかり」といった声も上がります。
イチゴ・みぞれ・抹茶に練乳やあんこ、アイスクリームなどトッピングで召し上がれ！



ボランティアさん紹介

毎週月曜、木曜の午後にピアノボランティアに来ていただいている海本様です！デイサービスセンター宝塚ちどりに長年に渡ってお越しただいており、レギュラー中のレギュラーです。ご利用者、職員との楽しい掛け合い、リズムカルなピアノで午後のひと時に活気と元気をくださいます。これからも変わらずお元気に、ピアノを弾きにいらしてください。そんな海本様からコメントを頂きました。



ボランティアに来ることでみんなに逆に元気をもらって、自分が元気になっています。
性格的に「人に何かをしてあげたい」と思うほうなので、こうしてみんなが私のピアノで歌って、楽しんでいただいていることがうれしく、元気に続けていられます！ 海本

このように宝塚ちどりを気に入り、愛していただける皆様に支えられて日々私たちスタッフはサービスを提供することができています。これからもデイサービスセンター宝塚ちどりをよろしく願いいたします。

来月ですが、食欲の秋の始まりとして、秋の献立が盛りだくさんです！そのほかイベントもごございますので、カレンダーをご覧くださいと思います。見学もぜひどうぞ！デイで過ごすご家族のご様子を、いつでもご覧いただけます！ 杉本