

まりあ通信

2019年3月号

グループホームまりあ

【夢ユニット】



かるた

散歩

買い物

天気の良い日に皆で散歩に行きました。また別の日には買い物やカルタ取りして笑顔で過ごされています♪

【想ユニット】

大根の皮剥きを手伝って頂きました。大根はお味噌汁で頂きました!



また皆さんで手押し相撲をされ、いい勝負でビックリしました。

勝負

【花ユニット】

2月5日に巨人の春季キャンプへ行ってきました♪坂本選手のファンで普段は欠かさずテレビ観戦をされています。今年はやっと応援をしに行く事が出来、大変喜ばれていました☆



夢が叶いました
「頑張れ坂本!」

やっぱり生は迫力
あるね〜楽しかった

デイサービスセンターまりあ

活動

陶芸・木エ・フラワーアレンジ等の活動も熱心に取り組まれています!



木工教室では、利用者様のお好きな物や本棚、サイドテーブル等を製作されています。



陶芸教室では絵皿や花瓶等を製作し、フラワーアレンジでは季節の花を素敵に生けられ、ご自宅に飾っておられます(^^)

ちっちゃなお家みづき

バレンタイン&誕生日会



チョコフォンデュを頂きました。皆さんおかわりをされており、甘い物は別腹でした(*^*)



3月3日はひな祭り会をしました。職員手作りの甘酒と桜餅をいただきました。



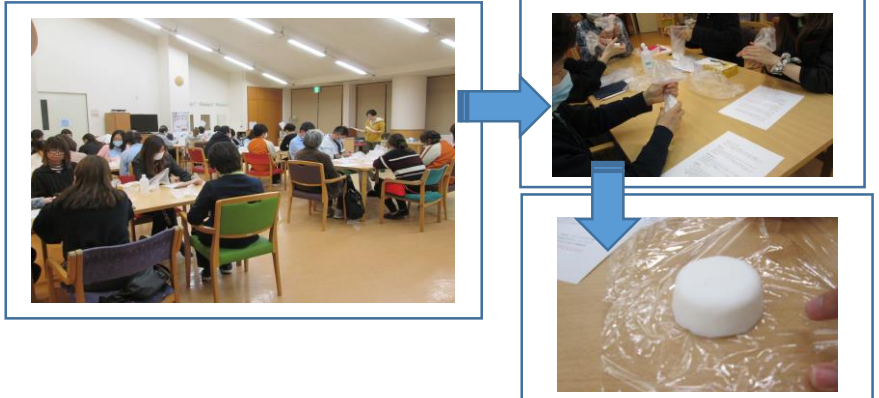
鬼はそと!福はうち!

節分ということで、今年も色々な所に鬼が出現しました! 個性的な鬼がたくさん出てきましたが、皆様優しく(?)鬼退治したようです。皆様の無病息災を願い、お元気で過ごせますように!



職場内研修報告①(アロマ研修)

2月13日、職場内にてアロマを使った石鹸を作るアロマセラピー研修を行いました。良い匂いに癒され、手軽に石鹸が作れて良い経験になりました。職員は大変楽しんで参加していた様でした。今回の研修を通してアロマの癒しの効果を実感する事が出来ました。



職場内研修報告② (こけない体操・レクリエーション)

地域支援課では毎月、志比田・大王・宮丸地区の各公民館で行われている「こけないからだづくり講座」の時間に出張健康教室を実施しています。

今回の職場内研修では『こけない体操』を行いました。また認知症予防に効果的といわれる『コグニサイズ』の動きに合わせて、椅子に座りながら音楽やリズムに合わせて体を動かしました。参加した職員は良い笑顔で楽しく体操ができ、今後の地域支援課の活動や余暇活動などで取り組めるのではないかと思います。



厨房よりレシピ紹介 ★キャベツと豚の卵とじ★



【2人分】
春キャベツ 500g
豚バラ肉薄切り 100g
昆布茶 小さじ2 (A)

- ・水 カップ2
- ・酒 大さじ2
- ・みりん 大さじ2
- ・薄口醤油 大さじ2
- ・塩 小さじ1
- ・卵 2コ
- ・ラーユ 適量

【作り方】
① キャベツは少し太めのせん切りにする。豚肉は細切りにする。
② 鍋に昆布茶と(A)を入れて中火にかけ、煮立ったら豚肉を加えてアクを取る。キャベツを少しずつ加え、そのつと玉じゃくしで押し込む。キャベツがしんなりしたら弱めの中火にし、軽く煮る。
③ 容器に卵を溶きほぐす。
④ 鍋に③の溶き卵を加えて軽く混ぜ、ふたをして1分間程度蒸らす。
⑤ 器に盛り、ラーユをかける。

彩りも春らしく、ふんわりとした口当たりが楽しい一品です。柔らかい春キャベツは高齢者の方にも食べやすく、豚と卵で栄養満点♡

編集後記

皆様のご協力もあり、インフルエンザやノロウイルスも広がりを見せることなく3月から面会制限の解除をすることが出来ました。ありがとうございました。

寒暖の差もあり、まだまだ油断が出来ませんので、これからも体調管理に努めてまいります。【担当:松崎】

まりあ通信 3月号

- 発行日:平成31年3月10日
- 都城市志比田町9573番地の1
- 編集/発行:まりあ広報部
- 発行責任者:施設長 江口 智美
- 電話:0986-46-2727

■ホームページURL: <http://www.maria-f.jp/>
■掲載しております写真等につきましては、個人情報の同意のもと掲載させていただいております。

