

まりあ新聞

発行日：平成 24 年 2 月 9 日
編集・発行
〒885-0093
都城市志比田町 9573 番地 1
社会福祉法人 まりあ
発行人：施設長 前田薫
編集長：津曲雄翔



目次	グループホームまりあ	P 2
	特別養護老人ホームまりあ	P 3
	ショートステイまりあ・デイサービスセンター福さんの家	P 4
	ちっちゃなお家みづき・デイサービスセンターまりあ	P 5
	地域支援課、その他	P 6
	厨房、行事予定	P 7
	誕生日紹介、お知らせ、編集後記	P 8

グループホームまりあ

ユニット夢



夢ユニットでは新年、神柱神社へ初詣に参拝し、皆様の無病息災を祈願して参りました。参拝後は『うを佐』で食事を頂いて帰りました。

1月は七草粥を食べたり、ねの餅を皆で協力して作ったりと行事が沢山ありました。

また、ご家族から持ってきて頂いた着物をスタッフが着付けさせていただきました。皆様、大変喜んでらっしゃいました。

ユニット想



1月17日に神柱神宮へ初詣に参拝し、今年一年の安寧を祈願してまいりました。おみくじを引くと大吉を引かれた方もいらっしゃり大変お喜びのご様子でした。

ユニット花



芝福様、1月3日にお誕生日を迎えられ、皆様でお祝いをしました。大きなバースデーケーキと色紙のプレゼントに大変喜んでらっしゃいました。



1月17日、早水神社へ初詣外出をしました。天気も良く、皆様一年の健康などをお祈りされていました。

特別養護老人ホームまいあ

ユニット海



1月27日は上熊須様の誕生日でした。92歳になりました。おめでとうございます。



1月8日に神柱宮へ初詣に行きました。参拝の後は、ジャスコで昼食を食べて帰りました。皆様、お喜びのご様子でした。

ユニット空



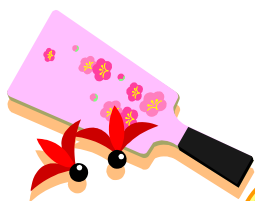
1月11日に初詣に行ってきました。



1月24日には1月の誕生者の合同誕生日会を行いました。スタッフの作ったケーキを大変喜んでいらっしゃいました。



ユニット郷



元旦の食事は
おせちでした！



神柱宮へ初詣に行
きました。



1月はうどん作りに
挑戦しました。住吉さ
ん職人顔負けです！



ショートステイまりあ



1月1日の昼食はおせちでした。豪華なおせちに皆さん、とても喜んらっしゃいました。19日には初詣と外食に行き、参拝された後、おみくじを引き、とても楽しまれていました



ディサービスセンター福さんの家



新年になり、早速神柱宮へ初詣に行きました。おみくじをひき、喜ばれる方もいらっしゃいました



12月28日にもちつきを行いました みづきの利用者様と茶っぴいサポートの子どもさん達と一緒に取り組みました (*^_^*)



ちっちゃなお家みづき

落合恭子様

68歳になられました。
お誕生日おめでとうございます



おいしい!

すき焼きを食べました。



風船バレーでリフレッシュ



初詣に行きました。

今年も良い年でありますように

デイサービスセンターまりあ

デイサービスセンターまりあでは、神柱神宮まで初詣に出かけました。この日はお天気にも恵まれ、お賽銭を入れたり、おみくじを引いたりしました。今年一年よい年でありますように...



上手いもんやろ?

初詣



もうすぐ出来あがるよー!

大福作りをしました!



出来上がり!

地域支援課

1月22日(日)に地域支援推進事業の一貫として「ヨガでわくわくストレッチ」を行い、17名の方に参加して頂きました。ストレスで強くねじれた心と体が、呼吸を意識して行うことによってほぐれて行くことが体験できました。2月はコンサート、3月はウォーキングを予定しています。皆様のご参加をお待ち致しております。



1月27日に、志比田北公民館において、高齢者クラブの新年会に、出席させていただき、参加者の血圧測定や健康相談、併せて健康体操と介護についてお話をさせていただきました。



当日は、高齢者クラブ会長を始め、地域の皆様30名の出席があり、自宅でも行えるような体操と、発声・嚙下体操を行いました。また、カラオケを歌い盛り上がり、楽しくご参加いただきました。

昼食は食生活改善推進員の皆様が、『低栄養予防の為にバランスの取れたヘルシー献立』を準備して下さり、楽しい会食となりました。美味しく頂き、私はご飯とお汁のお代わりを頂きました(笑)

今日は美味しく頂いたレシピを2品紹介させていただきます。

【今村】



魚の焼き煮		材料(4人分)	A { <ul style="list-style-type: none"> だし汁 100cc 砂糖 大さじ1 みりん 大さじ1 濃口醤油 大さじ1 淡口醤油 大さじ2 生姜 小さじ1 生魚(1切れ60g) 4切れ 	酒 大さじ1 片栗粉 大さじ1 油 大さじ1 根深ねぎ 100g 貝割れ菜 12g	
作り方	魚に酒をふり、しばらくおく。 白ねぎは斜め薄切りにする。 貝割れ菜は根元をおとし、3cm位の長さに切る。 の水気をペーパーで押さえて片栗粉をまぶし、熱したフライパンに油を敷いて色よく焼く。 鍋にAを煮立て、 を加えて汁を残すくらいに煮る 皿に魚を盛り、ねぎを乗せ、貝割れ菜を飾る				
みぞれ汁		材料(4人分)	大根 60g カニカマ 40g しめじ 80g さつま芋 100g 薄揚げ 20g だし汁 600cc	C { <ul style="list-style-type: none"> 小ねぎ 16g 淡口醤油 小さじ1 塩 小さじ1/2 酒 小さじ2 	
作り方	大根はすりおろし、水気をきる。 カニカマは4等分してほぐす。 しめじはほぐす さつま揚げは拍子木切りにして水にさらし、薄揚げは細く切り、小ねぎは小口切りにする。 だし汁でさつま芋、しめじを煮て、カニカマ、薄揚げを加えてCで味付けする。 大根おろしを加え、仕上げに小ネギを加える。				

☆☆厨房より、レシピ紹介☆☆

ブリの柚子香焼き



材料 2人分

ブリの切り身	各 65 グラム
醤油・酒・みりん	1 : 1 : 2
柚子の皮	6 グラム
かぶ	小 2 個
酢・塩・砂糖水	小 1 : 小 1 / 3 : 各大 2 / 1

作り方

柚子の皮を千切りにする。

バットなどに醤油、酒、みりん、柚子の皮半分入れブリをつけておく（1時間）

1を魚焼きグリルで両面焼色がつくまで焼く。

かぶは皮をむいて薄切りにし、塩をふり軽くもむ。しんなりしたら水気を絞り、酢と塩と砂糖水でつくった甘酢で和えて焼き上がったブリに添えたら完成です！

お好みで甘酢で和えた、かぶに小口切りの唐辛子を数切れ入れてみてはいかがでしょうか？

1月行事報告

1	日		11	水	太極拳	21	土	太極拳
2	月		12	木	喫茶	22	日	
3	火		13	金		23	月	陶芸
4	水		14	土		24	火	木工
5	木		15	日		25	水	太極拳
6	金		16	月	陶芸	26	木	調理・喫茶
7	土		17	火	木工	27	金	
8	日		18	水		28	土	
9	月	陶芸	19	木	太極拳・喫茶	29	日	
10	火	木工	20	金		30	月	陶芸
						31	火	

2月行事予定

1	水		11	土		21	火	木工・外食(夢)
2	木	喫茶	12	日		22	水	習字
3	金	音楽療法・節分	13	月	陶芸	23	木	喫茶・音楽療法
4	土	太極拳	14	火	バレンタイン(み・特)・木工	24	金	
5	日		15	水	調理	25	土	
6	月	陶芸	16	木	喫茶	26	日	
7	火	木工	17	金	音楽療法	27	月	陶芸
8	水	太極拳	18	土	太極拳	28	火	木工
9	木	喫茶・音楽療法	19	日		29	水	太極拳・梅見外出(想)
10	金		20	月	陶芸			

お誕生日おめでとうございます！！

グループホームまりあ	特別養護老人ホームまりあ
ユニット花	ユニット空
宮田 アキエ様 T11年2月10日生 90歳	木脇 秋夫様 S18年2月2日生 69歳
デイサービスセンターまりあ	ちっちゃなお家 みづき
西川 ツユ子様 S5年2月25日生 82歳	中村 ツヤ様 S2年2月3日生 85歳
吉田 タエ子様 S6年2月25日生 81歳	久保田 ナル様 S2年2月15日生 85歳
吉川 良子様 S5年2月11日生 82歳	富永 春幸様 T6年2月28日生 95歳
榮福 民子様 S12年2月27日生 75歳	デイサービスセンター 福さんの家
小山田 辰雄様 S3年2月17日生 84歳	砂走 フチエ様 T6年2月28日生 95歳
立野 泰雄様 S4年2月20日生 83歳	中村 キヌエ様 T8年2月13日生 93歳
種子田 トミ様 M45年2月22日生 100歳	ショートステイまりあ
中山 サチ子様 S2年2月15日生 85歳	黒木 純則様 T8年2月5日生 93歳
東別府 のり子様 S10年2月25日生 77歳	田中 サチエ様 T13年2月10日生 88歳
	前田 邦雄様 S19年2月7日生 68歳
	横山 田鶴子様 S10年2月1日生 77歳

まりあ職員事例研究発表会のお知らせ。

今回で4回目を迎える、まりあ職員による、事例研究発表会を4月1日に開催します。ぜひ御出席ください。
 日時：平成24年4月1日（日曜日）
 場所：ウエルネス交流プラザ・茶霧茶霧ホール 13:30～15:30

～編集後記～

暦の上では立春も過ぎてしまいましたが、相変わらず朝晩と寒い日が続いております。皆様、風邪などをひかれていませんか？さて今年は例年以上にインフルエンザが流行しているとのことなので注意が必要です。主な感染経路は空気感染及び接触感染などと言われておりますのでマスクの着用、また外出後の消毒を忘れないように致しましょう。
 (津曲)

各事業所連絡先

地域密着型介護老人福祉施設 特別養護老人ホームまりあ

短期入所生活介護事業所 ショートステイまりあ

TEL(0986)46-2727 FAX(0986)46-1417

通所介護事業所 デイサービスセンターまりあ

認知症対応型共同生活介護 グループホームまりあ

TEL(0986)46-9030 FAX(0986)46-9392

居宅介護支援事業所 まりあ介護支援センター

TEL(0986)24-6337 FAX(0986)46-9392

小規模多機能型 居宅介護事業所 ちっちゃなお家みづき

TEL(0986)46-3550 FAX(0986)46-3552

〒885-0093 都城市志比田町9560番地1

認知症対応型通所介護 デイサービスセンター福さんの家

TEL(0986)36-4129 FAX(0986)36-4139

〒885-0013 都城市郡元町3310番地1

社会福祉法人まりあホームページ <http://www.maria-f.jp/> でも『まりあ新聞』がご覧になれます。