

天の川だより

～一期一会～



2019年5月発行
Vol. 30

花見行事

4月24日、千秋公園へお花見に行ってきました。
あいにくの曇り空でしたが、桜は満開で見頃を
迎えていました！

公園を一通り散歩し、桜を堪能した後は屋台で
の買い物を楽しんで頂きました。
久しぶりの外出行事で、季節を肌を感じながら
リフレッシュしていただけた様子でした！



お茶会行事

今年も春を迎え、4月18日にお茶会を実施しました。
昨年は俳句作りのレクリエーションでしたが、今年は短歌に挑戦!!
レクリエーションのあとは抹茶と和菓子も楽しんでいただきました♪

☆
今回できた短歌
つくしんぼ

春の山辺に 桜狩り
空に憧れ 秋田を思う



バレンタインデー行事

2月中旬、バレンタインデー行事を行いました。
イチゴやバナナ、カステラ等にご自分でチョコレートをつけて召し上がっていただきました。
「甘くておいしい」「フルーツは甘酸っぱいね」
等、お話しされながら楽しそうに参加されました。
1個1個丁寧にチョコを付ける方もいれば、
複数を一気に付ける方もいて、個性が表れておりました。



ホワイトデー行事

3月中旬、ホワイトデー行事を行いました。
パンケーキにご利用者様自身で盛り付けをして
召し上がっていただきました。トッピングにはキ
ウイ、イチゴ、パイナップル、みかんの4種類の果物と
2種類のホイップクリームを用意しました。皆様
デザイン豊かに盛り付けされており、傍で見
ていた私たち職員もほっこりしました(*^-^*)



3月4日、ひなまつり行事を行いました。
POLAの方々によるハンドマッサージ、ひな人形との記念撮影、
ケーキバイキングなど内容は盛りだくさん！
ハンドマッサージは皆さま気持ちよさそうに受けられており、
久しぶりの外部の方との交流に会話も弾んでおりました。
正面玄関に飾ってあるひな人形を見ると「立派だなあ」
「昔はよく飾ったもんだ」など様々な声が聴かれ、
思い思いに鑑賞されていました。
ケーキバイキングも楽しそうに選ばれており、
おいしく召し上がっていただけたご様子でした♪



ひなまつり行事



節分行事



2月4日、今年もラ・ボア・ラクテに夫婦で鬼がやって参りました。利用者様はみんな、勢いよく登場した鬼に、臆することなく落花生を投げつられておりました。その勢いに怯んだ鬼たちは「また来るからなー！」と一言、逃げ出してきました。その後は、毎年恒例の、イラストの鬼の口に目掛けて、落花生に見立てた、ボールを投げ入れるというゲームを行いました。大量に用意された落花生は、見る見るうちに鬼の口に吸いこまれていきました。終わってみると、鬼はもうお腹いっぱい、という様子でした。こうしてラ・ボア・ラクテの節分行事は無事終了し、皆様方と一緒に無病息災を願いました。



ノースアジア大学 吹奏楽団慰問

3月18日にノースアジア大学吹奏楽団の皆様による演奏会が行われました。毎年恒例の行事という事もあり、利用者様も大変楽しみにされていたようです。いざ演奏が始まると迫力ある音に圧倒され、真剣な表情で聴き入っていました。



寿司行事



毎年開催している寿司行事♪
今回の寿司ネタは、マグロ・サーモン・生海老・鯛・蒸海老・玉子でした。毎年大好評で、前日から楽しみにされている方も多数おりました。「昔はよく川反で食べたな～」と思い出話をしながら食べている方もおりました。



知って得する介護の豆知識



「心身の健康に繋がる口腔ケア」

☆口腔ケアとは

口の中を清潔に保つことで、口腔内だけでなく体の健康を保つケアのことです。この言葉が生まれた背景には、介護を必要とする高齢者数の増加という日本社会の現状があります。

☆口腔ケアのポイント

- できる事は自力で行ってもらおう
- 短時間で終わらせる
- 姿勢に気を付ける
- 口腔内の様子をチェックする



***** 口腔ケアの重要性 *****

口腔機能が低下すると「嚙む」「飲む」といった動作がスムーズにできず、十分な栄養が摂取できないことで運動機能の低下や認知症の進行、更なる摂食障害に繋がる可能性があります。口腔ケアを適切に行う事で高齢者の方に「おいしく食べる」という生きがいを取り戻す事ができるだけでなく、介護をする側の負担も軽減させることができます。

職員紹介

ラ・ポア・ラクテに新しく入った職員を紹介♪



ケアサポート課 介護係 2F
小口 麻生

皆さんのお役に立てるよう頑張ります。
よろしくお願ひ致します。



ケアサポート課 介護係 3F
遠藤 恵美

入職してまだ日は浅いですが、優しい先輩方に教わりながら楽しく仕事をしています。休日には映画鑑賞などをし、リフレッシュしています！

今後の行事予定

5/13 母の日行事

5/22 外出行事

(大森山動物園)

編集者から

春になり、外出しやすい気候になったので早速お花見行事へ行ってきました！これからますます暖かくなるので、外出の機会を増やし利用者様にリフレッシュしていただけるよう計画中です☆

栄養コラム

シリーズ

郷土料理 第6回

★千葉「なめろう」

あじやいわし等の青魚を味噌、生姜、ねぎ、しそと一緒に粘りが出るまで叩いた魚料理。漁師たちがとれたての魚を揺れる船上で調理するために考えたのがはじまりといわれています。口触りが滑らかで、お皿をなめたくなるほど美味しいことからこの名がついたそうです。



★東京「深川めし」

埋め立てられる前の深川は隅田川の河口であさがりがよくとれる漁場でした。忙しい漁師が船の上で食べる昼食として、とれたてのあさを味噌汁に入れ、白いご飯にかけたのがはじまりのようです。現在では、しょうゆ味で炊きこんだり、油揚げ、ねぎ、生姜などを加えたりと広く親しまれています。



ショートステイ

ラ★ポア★ラクテ

〒010-0851 秋田県秋田市手形字西谷地 1-2 TEL 018-893-3221 FAX 018-893-5778

