

天の川だより

～一期一会～



2020年5月発行
Vol. 34

お花見レク

施設の中においても春を感じて頂けたらと、職員お手製のいちごで初の試み、いちご狩りゲームをフロアごとに開催しました♪

「たくさん採るぞー!!」と、みなさま気合い充分。ぶらさがった揺れるいちごを、周りの声援を受けながら楽しそうに採っている姿が印象的でした♪

いちご狩りが終わった後は、栄養士手作りのいちごのロールケーキをご用意しました! 「わあ、すごい!」「お店のケーキみたいだね」「おいしい」と会話が飛び交うなか皆様完食、終始笑顔の溢れる時間となりました(〜)



4月8日～10日

お茶会

フロアごとに春のお茶会を開催♪

俳句づくりのレクリエーションでは、利用者様に上の句・中の句・下の句を別々に紙に書いてもらい、くじ引きで出た句を組み合わせるとひとつの俳句を完成させました。面白い句がたくさん飛び出し、詠みあげるたびに笑いが巻き起こっていました☆

レクリエーションのあとは抹茶と季節の和菓子をお召し上がりいただきました。職員が目の前で抹茶を点てると「お〜!」「手つきが良いね」と歓声やお褒めの言葉も飛び出し、お茶会の雰囲気を楽しんでいただけたようでした♪



4月30日・5月1日

節分行事



2月3日、節分行事を行いました。今年の鬼は迫力満点！大きな叫び声とリアルな仮装に利用者様もびっくり！！はじめは怖がって豆を蒔けない場面もありましたが、後半は笑顔で鬼を退治し、「すごかった」「面白かった」と喜ばれておりました。

同時に行ったレクリエーションでは、鬼の口めがけてボールを投げ入れるゲームを実施し、なかには100個以上ボールを入れたチームもあり、とても盛り上がりました！

今年も皆さんが健康で楽しく過ごせますように…♪



ひなまつり行事

3月3日にひなまつり行事を行いました。

今年は4種類のプチケーキと2種類の手作りゼリーを用意し、ケーキバイキングを開催しました♪たくさんのデザートがずらりと並んだテーブルはとても華やかで、皆さん目がキラキラ…☆多「あまりに可愛いケーキで食べるのが勿体ない！」「美味しくて全種類食べてしまった」との声も…(^)/大盛り上がりで、楽しいケーキバイキングとなりました。

1階エントランスにはひな人形を展示しており、ひな人形と並んで記念撮影も行いました。皆さんとてもいい笑顔で写真に納まっておりました♪



バレンタインデー行事



2月12日～14日にバレンタインデー行事を開催しました。バレンタインにちなみ、チョコレートフォンデュにバナナ、いちご、パイナップル、鈴カステラをご用意しました。

「新鮮で楽しいね」と特別感を持っていただけただようです。「あまい」「おいしい」とお皿がピカピカになるまでチョコも完食！皆様に楽しんで頂けて、私達の心もほっこりしました。

ホワイトデー行事



3月11日～13日にホワイトデー行事を行いました。4種類のパンケーキから1つ選び、果物をトッピングして召し上がっていただきました。

自分の好きな果物を多く盛りつけたり、見た目重視でかわいく飾られたり様々でした。

自分で作ったものはとても美味しいと言いますが、まさにその通り。食べられるのも早く「おいしいですね」とお互いに会話を楽しみながら召し上がっておりました。

レクリエーションプロジェクト

ラ・ボア・ラクテには『レク日』と呼ばれる、1日を通して利用者様に「レクリエーションを楽しんで頂こう！！」という日があります。今回は、そんなある日のレク日の様子を、お伝えしたいと思います。

レク日では、運動系、工作系、料理系（または映画鑑賞）の3つのレクリエーションを行います。それでは系統別に、ご紹介させていただきます。

☆動物パズル（運動系）

運動系のレクリエーションでは、動物パズルというゲームを行いました。このゲームは、絵の描かれたボックスを3つ積み上げて、動物の絵を完成させるというものです。簡単そうに見えて、いざスタートすると、なんだか顔と体が合っていないおかしい動物が出来上がり、皆様大笑いされていました。苦戦されながらも、楽しんで頂けたようでした。



☆ペンダントライト作り（工作系）

工作系のレクリエーションでは、ペンダントライト作りを行いました。あらかじめ用意していた障子紙で作った土台に、気に入った色紙を張り付けて頂きました。皆様、何度も首をかしげながらも、最後には満足いく、こだわりの逸品を作り上げられたようです。明かりを灯すと、とても幻想的でした。



☆ピザ作り（料理系）

料理系のレクリエーションでは、ピザ作りを行いました。こちらは、利用者様のリクエストにより実現したレクリエーションです。市販のミニピザの生地に、トマトソース、チーズ、ベーコンを乗せトースターで焼き上げました。部屋中、ピザの良い香りに包まれました。香りだけではなく、味も良し！！皆様大満足のご様子でした。



知って得する介護の豆知識

高齢者にとって大切な「経口摂取」を続けるためには

○経口摂取とは

食べ物を口から入れて噛み砕き、飲み込みやすい形状にして飲み込むことを言います。

○経口摂取の意義

食事の目的は、十分な栄養をとり生命を維持する事だけではありません。口から食事をとることで、口腔機能や食べ物を飲み込む機能、食器を扱う動作などの維持を目指せます。

○経口摂取が難しくなると

嚥下機能が低下すると、誤嚥を起こすことがあります。口の中の菌が誤嚥によって肺に入ってしまうと、誤嚥性肺炎のリスクが高まります。

○食事中の注意点

- ・ゆっくり噛む習慣をつけましょう。
- ・正しい姿勢で食べましょう。
- ・楽しく食べましょう。



口からの食事を続けるためには、食べるスピードや姿勢などに気を付けて誤嚥を予防することが大切です！

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
門脇 洋子

ラーメン大好き！休日は朝ラーで栄養補給もしています。「24時間、明るく元気に！」をモットーに頑張ります。宜しくお願い致します。



ケアサポート課 介護係
長瀬 彩華

入職して半年が経ちました。趣味はドライブで1人で静岡などへ行ったことがあります。これからもみなさまの力になれるよう頑張ります。

行事予定



5/18~20 カフェ行事

6月上旬 風船バレー大会

編集者から

ケーキバイキングやチョコレートフォンデュなど普段のおやつとは違う特別なスイーツに皆さま喜んで頂けたかなと思います♪
今後も笑顔が溢れるような楽しい行事をたくさん考えていきたいと思っております(^^)/

栄養コラム シリーズ 郷土料理 第10回

★長野「笹寿司」

くま笹の葉で包んだお寿司です。わらび、きょうりびき等の山菜や、たけのこ、野沢菜、川魚等を具にします。戦国時代に上杉謙信が武田信玄との合戦で、器の代わりに抗菌性のある笹の葉を使い、携行食として考案されたのが始まりとされています。



★岐阜「^{ほろ}朴葉みそ

みそ、みりん、日本酒、ねぎ、椎茸等を混ぜ、朴葉にのせて焼く料理です。朴葉は飛騨地方の山林で多く自生し、葉が大きく10cm~30cmあります。香りがよく、殺菌作用があるため料理に使われます。



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

