

茶の花通信

令和 7年 7・8月号
社会福祉法人丹南厚生会
やすらぎ園デイサービスセンター
TEL. 079 (594) 3333
FAX. 079 (594) 0909

- 七夕まつり
1. 真赤な太陽 (職員ダンス)
 2. 歌 (3曲)
 3. 職員紹介
 4. マツケンサンバ

7/8(火)、やすらぎ園の古市館と合同で七夕会を開催しました。職員によるユニークなダンスや歌、さらには一緒におやつ作りにも挑戦していただいています。職員紹介では司会者によるその場で出される大喜利のお題に、即興で応える職員も苦戦していました。そして、全員で『マツケンサンバ』を歌って踊ってポーズを決めて…大変盛り上がりました。織姫も彦星もきっと笑顔で見守ってくれているでしょう。





おやつ作り



七夕会の続きで、古市館の利用者様も一緒におやつ作りに参加していただきました。メニューは、猛暑にはピッタリの冷たくて食べやすいゼリーパフェ！ワイワイにぎやかに楽しい時間を過ごしていただきました。



あっさりして
美味しいわあ



皆さん、あっ
という間に
完食です！





8/28(木)、まだまだ残暑厳しい今年の夏、8月も冷たいデザート『アイスクリームパフェ』を手作りして食べていただきました。次はどんなおやつを手作りしましょう？何かおすすめがありましたら教えてくださいね。



看護師より

お食事で楽しく水分補給・夏バテ予防できるヒントをお伝えします。

貝だくさんの味噌汁 1杯で栄養補給と水分、塩分補給ができます。お肉にはタンパク質やビタミンB群が、野菜や海藻類にはビタミン・ミネラル・食物繊維といった栄養素がたっぷり。また味噌の成分には疲労回復、免疫力向上といった嬉しい効果がたくさんあります。味噌汁以外でも、リコピンが豊富なトマトを使用したスープ『ミネストローネ』もいいですね。貝だくさんにすると塩分以外のうまみで美味しくいただく事ができます。ぜひお試しあれ。

水分補給は脱水だけでなくドロドロ血を防ぎ脳梗塞や心筋梗塞の予防にもなります。またしそジュースや甘酒など、飲み物によっては栄養補給や夏バテ予防にもなります。

まだまだ残暑は厳しいですが、上手に水分・栄養補給をして元気に暑さを乗り切りましょう！



フラダンス (ボランティア様)

8/29(金)、フラダンス教室のボランティアの方々が来られ、優雅なダンスを披露してくださいました。利用者様の中にはフラダンスの手の動きをまねて一緒に楽しそうに踊る方もおられ、見ているこちら思わず笑顔になる瞬間でした。皆さんがよくご存じの『見上げてごらん夜の星を』の曲では、先生に振付を教わりながら、全員で踊ることができたのも楽しい時間でした。



利用者様もおめかししてスタンバイ!



途中、先生による指体操などもご指導くださいました。



9・10月の行事予定

- 理 髪 日…9月5・8・17・25日
10月3・13・15・23日
- お誕生日会…9月22～27日
10月20～25日
- 敬 老 会…9月15・17・20・26日
- 文 化 祭…10月22～28日
- おやつ作り…月1回

メニューはお楽しみ♥

やすらぎ園ホームページ

デイのイベントやおやつ作りなど、ブログにアップしていますので是非ご覧ください。

