

# デイだより



鬼は外、福は内

## 『節分』

平成三十年二月三日（土）は「節分の日」です。節分とは新しい季節の始まりの日の前のことをさし、『季節を分ける』ことも意味します。穀物には生命力と魔除けの呪力が備わっているという信仰があり、語呂合わせで『魔目（まめ）』の豆を使い、鬼の目に投げ邪気を払う行事として豆まきを行います。この辺りでは、『鬼は外、福は内』と言いますが、鬼のつく地名や名前が多い地域などは敬意を示し『福は内、鬼も内』としている所もあります。

当日はあいハート特製の巻き寿司を約百本ご用意。具の内容は、かんぴょう、しいたけ、卵、三つ葉、高野豆腐です。皆さん「美味しい、美味しい」とべろっと召し上がられていました。

次は、いよいよ豆まきです。早めに作業を切り上げて、輪になって椅子に座り、豆を持って鬼の登場を待ちます。鬼に扮した職員二人が登場すると、豆まきのスタートです！豆を自分で食べてしまう方、鬼を見て大笑いしたり、驚かれる方などお祭り騒ぎ！全ての豆を投げ終えると鬼は退散。その後、後片付けが大変でしたが、皆さんの邪気は追い払えたことと思います。

これで一年は無病息災！来年も一緒に豆まきをしましょうね！

あいハート須磨  
デイサービス  
編集者：  
堀下 淳子  
平成30年3月  
発行  
No. 40



## あいハート特製 駅弁 【牛肉弁当】



昼食に新メニューが登場！テレビで駅弁の紹介を見た職員が「ご飯の上に二種類の牛肉をのせたら美味しいよね」と企画。甘辛い味付けの牛肉煮と牛そぼろの二種類の牛肉をのせ、器にもこだわりました。

当日は、ご利用者・職員共に期待に胸を膨らませ、いざ食堂へ。「牛肉も軟らかく、ご飯にのせて食べると丁度良い味付け」と大好評！皆さん、残されることなく全て召し上がられていました。

外食があまり出来ない利用者の方に駅弁風な弁当を提案し、旅行気分を楽しんでいただけたのではないかと思います。



## 手芸 【節分の飾り】

今回は『節分』にちなんで、籠とちりめんを使った【節分の飾り】を作りました。パーツを一つ一つ手作りし、準備が大変でしたが、十五名の方が参加され、「籠が可愛いわよね」ととても喜んでいただきました。次回の作品もお楽しみに！



# フラワー教室【ハートのアレンジメント】

平成三十年二月九日(金)に『フラワー教室』を行いました。今回はガーデニングのお店で見つけたハートのピックを使ったと、チューリップ、アルストロメリア、黄色とピンクのバラ、沈丁花、ヒペリカム、カスミ草などをご用意させて頂きました。当日は十四名の方が参加され、白い器に次々と差し込んでいくと、溢れんばかりの花でいっぱいになりました。

皆さんに感想をお聞きすると「簡単だったわよ」と。Hさんは「娘時代にお花を習ってお免除をとり、それが花嫁道具の一つだったのよ」と話して下さいました。皆さんが「簡単」と言われるのもこれで納得です！また、Yさんはこの日が初参加。「家で一輪挿しは寂しいから賑やかで良いわ」と。さらに、年四回しか実施していないことに対して「ま、そしたら今日は良い日でした。次もその日に当たれば嬉しいです。花、好きなんです。今日の花、凄く良かったですよ」と大絶賛でした。

今年度の『フラワー教室』はこれで最後となりました。沢山の方にご参加いただき、有難うございます。来年度も曜日を変えて実施していきますので、楽しみにして下さいね！



## 告知！ 季節の湯 【蓬の湯】



期間 平成30年3月18日(日)～24日(土)

【蓬の湯】は、蓬の香気は邪気を払うとされ、古くから魔よけに用いられたほか、入浴にも使われてきました。蓬湯は血行を促進させるため、肩こりや腰痛、神経痛などをやわらげる働きがあります。また精油成分を豊富に含んでおり、すり傷、切り傷の止血や殺菌作用にも効果的で、蓬の葉の香りはストレス解消や安眠にもよいといわれています。蓬湯の風呂で、ひと足早い春を感じながら、ゆったりと癒されてみませんか。

## 【三月の予定】

● ミュージックセラピー

6(火) 14(水)

22(木) 30(土)

● できたて食堂 オムソバ

10(土)

● ヨガ

12(月)

● すわってダンス

19(月)

● なつメロ会

21(水)

● お誕生日会

25(土) ～ 31(土)

● メイクボランティヤ

31(土)

