

『玉ねぎ掘り』をしました



デイだより

あいハート須磨
デイサービス
編集者：
堀下 淳子
令和元年7月
発行
No. 56

五月二十七日(月)に『玉ねぎ掘り』を行いました。昼食を食べ終えたとご利用者から「玉ねぎはまだ掘りに行かへんの?」と。開始まで一時間以上ありましたが、待ちきれない様子。

そして、十四時になると参加者の皆さんと屋上へ。四つの花壇の中には大きな玉ねぎが埋まっていました。それを一生懸命掘り起こしていくと「こんな大きな玉ねぎ見たことない!」と驚かれたり、「こっちはもっと大きいよ!」「ほんまやね!」と少し興奮気味に話されていました。普段あまり来ることのない屋上。「私の家が見えるわ!」と屋上からの景色も楽しまれていました。そして、皆さんの頑張りのもあり、あっという間に全ての玉ねぎを収穫。収穫した玉ねぎを籠に入れて干している、昔畑仕事をされていたTさんが「玉ねぎはあやうって干すと甘くなるんよ」と教えて下さいました。「もっとたくさん掘りたかったわ」とまだまだやる気満々の方もいらっしやいましたが、皆さん「良かったわ」と笑顔でデイサービスに戻って来られました。今回掘った玉ねぎは、一定期間干した後、昼食に登場する予定です。その日を楽しみにして下さいね!



おやつ作り 【3色どら焼き】

六月二十日(木)に三つの餡(つぶ・抹茶・かぼちゃ)を使って『三色どら焼き』を作りました。まずは、生地作り・餡作り・生地を焼く工程を三つのグループに分かれて作業を行いました。生地作りでは、「これぐらいの固さでいいの?」と声を掛け合いながら順番に混ぜていき、かぼちゃ餡作りでは、「なかなか潰れないわ」「頑張るわ」と言いながら、かぼちゃをマッシャーで力強く潰して下さいました。そして生地を焼く時には大きくならないように注意しました。「(生地は)これぐらいの量やな」「可愛い大きいさやね」と大きさもバッチリ!焼き方も徐々に綺麗に焼けるようになり、「上手に焼けたわ」と笑顔。最後は、焼けた生地に三色の餡を挟めば、完成です。

『三色どら焼き』をお皿にのせると、ボリューム満点!皆さん「食べれるかしら...」と言いつつながら、殆どの方が完食。「美味しかったわ」「抹茶餡が一番良かった」「かぼちゃは少し固いかな」と様々な意見がありましたが、「お腹一杯!」が一番多かったです。

次回は、もう少しボリュームを減らし、皆さんに喜んでいただけるおやつを考えたいです。次回もどうぞ、お楽しみに!



歯と口の健康習慣



兵庫歯科衛生士学院による【寸劇と口腔ケア】



6月4日～10日は『歯と口の健康週間』です。歯と口の健康は、体の健康に影響してきます。健康で生き生きとした生活を送っていただきたいと、6日（木）に兵庫歯科衛生士学院の学生による寸劇と口腔ケアのお話がありました。

寸劇『おむすびころりん入れ歯もぼろりん』では、♪入れ歯がころりんすっとなん・ん・んの歌に合わせて、入れ歯が大きな穴に落ちてしまうところで、思わず笑ってしまう場面も。入れ歯を合わないまま使っていたので、おにぎりだけでなく、入れ歯も一緒に落としてしまったというお話でした。

その後は、学生がご利用者お一人お一人に普段の食生活や歯磨きの頻度を聞かせていただき、義歯がある方はきれいに洗浄させていただきました。

デイサービスでも『美味しく食べる』を目的にお口の体操や口腔ケアを実施しています。食後にお声を掛けると「家ですからいいわ」と言われる方もいらっしゃいますが、ブクブクうがいでだけでも効果的です。ブクブクうがいは、お口の粘膜と入れ歯との間に付着していた食べかすや汚れを取り除き、お口の筋力の運動にもなってリハビリ効果が期待できます。いつまでもお元気でデイサービスをご利用していただけるよう、『歯』を大切にしていきましょうね！

手芸【ふくふくがま口ポーチ】



『ふくふくがま口ポーチ』は、幅12cm高さ12cmの少し大きいがま口です。袋は縫製済となっているので、口金の内側にボンドをつけて、入れるだけで完成。しかし、綺麗に入れることが出来ず、大抵の方はその部分だけ職員がお手伝いさせていただきました。そんな中、Mさんだけが布入れに挑戦！ところが、「がま口が閉まらない?!」と声を掛けられよく見てみると、硬い口金が反対に曲がり折れているではないですか?! それには、職員もビックリ！底知れぬ、力を見せつけられました（笑）。その後はさらに、がま口につける『富士山の根付』を作れば、全ての作業が終了！「可愛いのが出来た」「お金をいっぱい入れないとね」など、嬉しそうに話されていました。『ふくふくがま口ポーチ』はお薬入れや化粧入れとしても使えます。愛らしいピンク色の椿柄のポーチ！皆さん使って下さいね！



【今月のできたて食堂！】

メニュー
『親子丼』

予定日 7月15日（月）

卵がとろーりの中にジューシーな鶏肉がほくほくです！どうぞお楽しみに！



【七月の予定！★】

- ミュージックセラピー 3（水）・12（金）
18（木）・29（月）
- ショッピングツアー 4（木）～5（金）
8（月）～10（水）
- ヨガ 11（木）
- すわってダンス 15（月）
- お誕生日会 25（木）～31（水）

