

《12月の取り組み》

遠山のキンさん(11月)・・・文化祭にちなんで職員による演劇「遠山の金さん」を行いました。あまり練習も出来ず、決して上手ではありませんでしたが皆さん楽しんでもらえましたか？金さんや悪代官など職員の演じる様々な役柄や色々な立ち回りに皆さん大笑いでした。

やかんカーリング・・・やかんをストーン風に作り変え、「ヤーッ」と言いながら勢いよくストーンを滑らせます。的的中しても相手のストーンに弾かれたり、職員もデッキブラシで床を磨きながら皆さんで楽しみました。面白くて笑いが絶えませんでしたね。

クリスマス置物作り・・・松ぼっくりをツリーに見立てて可愛いクリスマスの置物を作りました。カラフルな小さいポンポンや綿などを使って素敵なツリーが出来上がりました。しばらく玄関に飾らせて頂きましたが、クリスマスはぜひお家の方で飾ってみてください。

クリスマス会・・・恒例のユトリアムクリスマス会！！乾杯に始まり、職員によるハンドベル演奏や歌、マジックなど様々な出し物を楽しんで頂きました。みんなでクリスマスの曲を歌いながら楽器を鳴らしたり、豪華おやつを食べ、サンタさんからお花やカードのプレゼントを受け取り皆さん満面の笑みを浮かべていました。週の後半では職員が純烈になりきりの「プロポーズ」を熱唱し、普段と違う職員の雰囲気皆さん大喜びでした。

*「トナカイソリゲーム」は次回掲載致します。

《1月の取り組み》

第一週 書き初め・・・令和2年、気持ちも新たに書初めを行います。

第二週 羽つきゲーム・・・羽子板を使っておみくじゲームを行います。

第三週 初詣・・・杉山神社に初詣に出かけます。その後はぜんざいで温まりますよ。

第四週 餅つきゲーム・・・2人でペアになり、どれだけ餅を突けるか回数を競います。

* **初詣**・・・1/20(月)～1/25(土)杉山神社に初詣に出かけます。
当日は温かい服装でお願いします。



ナース通信

お正月はお客様が来たり、生活のリズムが崩れ、不摂生になりがちです。また、お餅などによる窒息事故が、多く発生する時期です。

《食べる時に気をつける事》

1.食事前に口の運動をしましょう。

(口の動きが良くなり唾液が出やすくなり詰まりにくくなります)

2.しっかり噛みましょう。(食べながらしゃべらない事が大事です)

3.水分を摂りながら食事をしましょう。

4.すべて飲み込んでから次をお口に入れましょう。

5.食材を食べやすい大きさに切りましょう。

6.食べ物は角のある形に切り分けましょう。(窒息を防ぐことが出来ます)

* 窒息しやすい食べ物・・・餅、パン、団子、芋

* しっかり食べてしっかり寝て規則正しい生活を送り、お正月明けはまた皆さんで元気にお会い出来ることを楽しみにしています。

栄養科

《1月の行事食とおやつ》

《行事食》

春の七草 7日 主食 七草粥

小正月 15日 赤飯 松風焼き

《おやつ》

雪花うさぎ(まんじゅう)(4日)

クリスマスツツドラやき2種(栗)(6～11日)

抹茶とプレーンのどら焼きと栗を和盆に飾ります。

干支まんじゅう(14～18日)

栗入りぜんざい、塩昆布(20～25日)

初詣で冷えた体を甘いぜんざいで温めて下さい。

フルーチェ(27日～2/1)