

# 3月 デイサービス 沢庵新聞

朝夕はまだ冷え込みますが、日差しは春めいてきました。青森の冬は長く、気温が高くなり雪が溶けてきたかと思うと、また雪が降り季節の変わり目の不安定な天気が続いています。こういう時こそ風邪を引きやすいので、まだまだ寒さ対策をしっかりと行い元気に春を迎えたいものです。春といえば花粉症。東京ではすでにスギ花粉の飛散が始まったと聞きます。花粉症の方は早目に予防・対策を行い、出来るだけ症状を軽減させたいですね。



## 鬼は外!福は内!

皆様は恵方巻を食べたり、豆まきを楽しまれたでしょうか? 2月3日の節分、おしゃれな沢庵(笑)では恵方巻きではなく、カリフォルニアロールを提供し、午後には職員が鬼に仮装し、豆まきを行いました!!カリフォルニアロールは、利用者様にもお手伝いして頂き、おいしいと好評でした♪豆まきでは、本気で鬼に豆を投げる方もいれば、豆を投げずにそつと鬼に差し出す方もおりました(笑)



落花生の殻を剥き、そつと鬼に差し出すA様。思わず鬼も豆をばくつと食べました(笑)



鬼が登場すると、「鬼は外〜!!」と言いながら皆で豆をぶつけました。本気で投げる方、優しく投げる方、様々でした!!



豆をまいた後は皆でおやつタイム♪様々な種類の甘納豆を味わいました。もちろん、落花生を食べている方もおりました!!

## バレンタインデー

2月14日は『バレンタインデー』でした。皆様はチョコレートを食べましたか?沢庵ではガトーショコラを作り、13日・14日におやつとして提供しました。「おいしい!」「こんなにおいしいの食べたことない!!」と、とても喜んで頂けました♪



# 日々沢庵

沢庵では日々、様々なレクリエーションを行ったり、認知症プログラムを行なったりと、沢山の笑顔に包まれています。日によっては、誰かの誕生日をお祝いしたり、季節の行事にまつわる料理を食べることもあります。『毎日が新しく楽しい沢庵』での皆様の様子をご紹介します。



## \* 認知症プログラム \*

- ・自己紹介4動作
- ・ストレッチ4動作
- ・タオルキャッチ



皆でカルタやボーリングを行ったり、晴れている日には、白鳥を見にドライブに出かけたりもしました♪



皆様いつも昼食作りのお手伝いを快く引き受けてくださります。やっぱり皆で作ったご飯は美味しいです☆



デイサービス沢庵

〒030-0844

青森市桂木4丁目3-14

017-752-1638

017-752-1639

info@day-takuan.jp

<http://www.day-takuan.jp>

現在、水・日曜日に空きがございます。見学など、いつでも大歓迎です!!



2月のお誕生日は、S様、T様、K様の3名様でした。鬼(?)がお祝いに来たり、アフロの仮装をした利用者様がプレゼントを渡したりと、今月も笑顔がいっぱいのお誕生日会となりました!!

