

11/27日(月) ショートステイ・デイサービスごとに消防避難訓練を行いました。今回は、夜間帯に火災が発生した想定での訓練と、事務所からの出火想定での訓練でした。訓練前に注意事項を再確認し、訓練のスタートです。今回は職員のみでの訓練でしたが、改めて色々と気づきを得ることが出来ました。火災が起きた際は、慌てずに落ち着いて行動する事が求められます。落ち着いて行動する為に日ごろの訓練の大切さを学びました。『備えあれば患いなし』これから空気も乾燥するので、火の取り扱いには、気をつけましょう

火事です
火事です



消火器
↓



＊デイサービスの恒例の手作りおやつタイム。今回は「たこ焼き器」を使ってベビーカステラを作りました。あんこやチョコレートを入れ味変です！焦げてしまったのもあり…ちょっと残念な点もありましたが、生クリームでデコレーションし、スプレーチョコをかけて可愛いカステラの完成となりました。シンプルでしたが、味はGood!! おやつ作りの醍醐味って、ただ提供されたおやつをいただくだけではなく、ご利用者様が自分の手を動かしておやつを作るところですね。目からの刺激だけではなく、自分の手を動かして指からの刺激を受けますので、脳の活性化にも繋がります。今回たこ焼き器を使用したことで、たこ焼き器で食卓を囲んだ思い出話に話が弾んだご利用者様も居られました。ご利用者様同士で協力しあったり、コミュニケーションが増えるきっかけとなり、また次回のお楽しみが出来ましたね！



こもれび 通信

令和5年食欲の秋特集号

個人情報の関係により、一部加工しております。

皆さん、こんにちは(*´▽`*)コンニチワ〜♪

今年も残すところあと1ヶ月を切りましたね。

12月はクリスマスや新年を迎える準備、年賀状づくりや、大掃除とたくさんの行事が待っています。準備して、計画を立てて、気持ち良く新年を迎えたいですね。そんな多忙なこの季節は、空気が乾燥し、インフルエンザやノロウイルス等の感染症が流行する時期です。これまで以上に、手洗い・うがいをしっかり行い、感染症予防を心掛けていきましょう。

さて、ここ数日、雪が降り寒さが増してきましたね。まもなく本格的な冬将軍の到来ですね。この時期はからだの芯から温めてくれる鍋料理が美味しく感じられる季節ですね。

こもれびでは、11月にご利用者様と一緒にだまこ作りに挑戦しました。様々な形のだまこが出来上がり、昼食時に熱々のだまこをフーフーフーしながらも美味しくいただきました。今号は、だまっこ作りや、デイサービスでのお菓子作りでのご様子をピックアップしてみました。そうそう、だまっこ等の温かい鍋料理は、体温を上げてくれるので代謝がよくなります。免疫力もアップしてくれるので風邪やインフルエンザの予防にも効果的です。

体温が1度上がると免疫力は30%、基礎代謝は13%増加するそうです。

冷たい手足もポッカポカ、ぐつぐつと煮込んだお鍋の湯気が、喉やお肌に潤いを与えてくれるので鍋料理は冷え対策、乾燥対策などにも効果的なうれしいメニューですね！鍋料理を沢山食べて、免疫力を上げ、元気に新年を迎えましょう！

❁出来立てアツアツのお米で『だまっこ作り』に挑戦!! 新米の季節と言えば『きりたんぼ』というくらい秋田では有名ではありますが、それと同じくらい食べられている『だまっこ』。ご利用者様のご家族様より新米をご寄贈いただき、皆に喜んでいただけるようにと、出来立てホヤホヤのお米を半殺しにし、皆で「ぐるぐるぐる！」と手のひらで転がし丸め、だまっこを作りました。こうして、何か作業?する時って、なぜか自然と役割分担されてるんですよね。『ワッ、漬すがら、アタ丸めでえ〜』。出来上がっただまこちは、厨房での美味しい“出汁”と共に鍋に入れられて・・・昼食時にみんなで美味しくいただきました。



クリスマス会

ただいま準備

ただ今、クリスマス会に向け準備中です。次号もお楽しみに…

こもれびのXmasツリーがお目見え♡

編集後記 ❁昼食時、皆で食べた“だまっこ”は、『出汁がすごく美味しい〜ものお』『鶏肉の出汁も効いてるものな〜』『だまこ…何年ぶりに食べるべ〜』『みんなして作れば、やっぱり美味しいな〜』などなど、沢山の嬉しい声が聞かれました。これだけ人数いると、“知恵”も集まるんです。塩水に、“だまこ”入れておくと、もちりするんですって。ワタも美味しくいただきちゃいました。ごちそうさまでした。ご利用者様は思い出話をしたり、丸め方のウンチクを披露したり、笑顔いっぱい楽しそうに話されておりました。