

# 仙人の里 デイサービスセンター便り

第33号 令和6年5月 ①

## 『春を咲きどり 桜餅づくり』 調理実習～おやつ作り～

皆さんに大好評のおやつ作り。今回は、白玉粉を入れたもちもち生地の桜餅。ホットプレートで出来る、簡単おすすめレシピです。塩漬けにした桜の花を乗せる桜餅と、葉で包む桜餅の2種類を作りました。春がほのかに香り、上品な甘さに仕上がっています。



- ・ボールに白玉粉と少量の水を少しずつ入れ、混ぜながら軟らかく溶かします。そこにグラニュー糖と水を少しずつ加えて溶かします。
- ・薄力粉をふるいながら数回に分けて加えて、水をいれ、泡だて器でダマにならないように混ぜたら、食紅で色付け。
- ・ホットプレートに薄くサラダ油をひいたら、生地を楕円形に広げて焼きます。焦げないように“低温設定でじっくり”がコツ。
- ・別で丸めておいたこしあんを生地で包んで、桜の花(葉)で飾ったら完成です。

Anko is made from beans



# 春の壁面装飾

ペーパークラフト

The flowers bloom



今回はシックで可愛い「和風アレンジ」。じゃばら折りにした色紙を3つ繋いで円形に仕上げる台紙飾りと、フラワーペーパーで作る枝垂桜。隣で、小さな花が連なるガーランドが風に揺れます。細やかな作業、ゆったりお話を楽しみながら、手を動かしました。

# イオンスポーツクラブ 出張講座

健康ストレッチ体操

Singing AEON



中番庫にドンと建つ商業施設「イオン」さんの1階で営業中のスポーツクラブさんから「高齢者向けの健康教室に伺いたい!」とありがたい申し出を頂いて実現した企画。じっくり丁寧に、全身の筋肉を刺激するストレッチや、筋力トレーニングを行いました。

## 日常のあれこれ

～ 何気ない普段のひとコマ。デイサービスの様子を、ちょっとずつ紹介していきますね～



『脳トレ素材』、各種とり揃えています。余暇時間、卓上で全集中! 準備が追いつかないほどの盛況。



『カラオケでひと踊り』。明るく楽しく元気よく♪ 時間を忘れて盛り上がる日が増えました。



キラリ輝く『裏方さん』。所内の清掃やお洗濯をビシバシ回す、名脇役です。いつもありがとう!



職員作の『ひな人形』。100円均一のフェルトボールを使った、手乗りサイズ。天才がいますね☆

### レクリエーションのエビデンス(根拠・裏付け)

なぜそのケアをするのか? 介護現場も、あらゆる場面で科学的な裏付け(エビデンス)が当たり前求められる時代です。当デイサービスは、わかりやすい体操・機能訓練の他に、とにかく「楽しい」「夢中になる」、そうしたレクリエーションの時間を大切にしています。

日常生活では行わない体の動作・脳への刺激。あらためてリハビリの時間を設けるのではなく、楽しく過ごす時間の中で自然に筋力が刺激され、可動域が広がり、頭がフル回転していく仕掛け。デイ便りでは、その一部分を切り取って紹介しています。うまくいった時の嬉しい気持ち(成功体験)を分かち合う。次への意欲を高めよう。笑顔が笑顔と呼ぶ瞬間に、こだわっています!



### デイサービスセンター 空き状況

令和6年 5月10日 現在

	月	火	水	木	金	土
送迎車						
一般席	×	×	×	×	△	×
車椅子席	×	×	×	×	×	×

○: 余裕あり △: 若干名 ×: 申し訳ありません、いっぱいです。

- ・おかけ様で、多くの方にご利用いただいております。詳しい空き状況については、相談員にお尋ね下さい。
- ・見学も随時受け付けております。お電話にて、ご相談ください。

電話 23-1026 (担当: 高橋亜希子)

