

仙人の里 デイサービスセンター便り

第36号 令和 7年 3月 ①

『迎春まんじゅう & 紅白豆腐白玉おしるこ』 手作りおやつ時間

薄力粉とベーキングパウダーをあわせて、水と砂糖を加えてよく混ぜます。水にはちよっぴりの食紅。冷蔵庫で少し寝かせて、ほんのりピンク色の生地が出来上がり。用意しておいたあんこをやさしく包んで、蒸し器で10分くらい蒸したら出来あがりです。



つづいて「おしるこ」。白玉粉に「絹ごし豆腐」を加えて作るのが仙人の里スタイル。高齢者にも食べやすい、ふわふわ食感に仕上がります。豆腐は絹ごしがお勧めです。水をすこしずつ足しながら混ぜて、耳たぶくらいのかたさに仕上げましょう。丸めたら、真ん中をへこませて“へっちょこ”に。沸騰したお湯で茹で上げたら、冷水にさっとくぐらせてザルにあげます。今年用意したのはこしあん。お味はいかがでしたでしょうか？

Tofu is good for your health



冬の壁面装飾

作品作り～共同制作～

With a ball of Yarn



皆でクリスマス飾り作りです。キラキラした飾りつけの準備は、年齢性別問わず、うきうきと楽しい気持ちになるもの。この冬はモフモフの毛糸を使ってぼんぼんボールを作り、壁面にあしらったツリーに飾りました。丸く整えようと、チョコキチョコキ、チョコキ。

高齢者の栄養学 & 調理実演

健康教室

Prepare for disasters



冬ごもり、運動量が減って食欲が落ちがちですね。高齢者に必要な栄養学をあらためて学ぶ機会を持ちながら、ビニル袋と湯せんで出来る、簡単調理法の調理実演を行ないました。洗い物も減って、とっても便利。



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～



『クリスマスランチ』の様子です。美味しいお料理を提供してくれる厨房スタッフに、本当に感謝 ☆



『映画上映会』。日替わりで、好きなものを投票で選んで頂き大きなスクリーンで楽しめました。



年のはじめの ためしとして。今年も『書初め』から始めました。定番の福笑い・かるたとりにも、『デイサービスおみくじ』も。



『大吉』は誰の手に・・・？

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7年 3月25日現在

送迎車	月	火	水	木	金	土
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。

・おかげ様で、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：岡本太一）

